MAITREYA
MAGAZINE

TIBETAANS BOEDDHISTISCH TIJDSCHRIFT JAARGANG 19 1997 ƒ. 6,50 NUMMER 3

Interview met Geshe Sonam Gyaltsen
Extra najaarsprogramma
Tibetaans Volkslied

INHOUD

INSTRUCTIES BIJ HET VOLGEN VAN CURSUSSEN
door Geshe Sonam Gyaltsen ... 3

INTERVIEW MET GESHE SONAM GYALTSEN
door Koosje van der Kolk ... 10

GEBED VAN TOEWIJDING
door Acharya Shantideva ... 14

BOEDDHISTISCHE THEMA'S IN 'STAR TREK'
door Marijke Drost ... 15

HET ONDERLING AFHANKELIJK ONTSTAAN VAN DE CURSUS-TRANSCRIPTEN
door Janny de Boer ... 18

VERSLAG VAN HET TWEEDE KINDERWEEKEND
door Alix Royer ... 19

TIBETNIEUWS ... 20

TIBETAANS VOLKSLIED ... 21

VERSCHIJNSELEN VANUIT DE LEEGTE
door Sander Tideman ... 22

BOEKRECENSIE
door Sjon van der Tol ... 24

HET VULLEN EN ZEGENEN VAN BEELDEN
door Thirza Happé ... 26

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN ... 27

ALGEMENE CURSUSINFORMATIE ... 28

PROGRAMMA 1997 ... 29

EXTRA NAJAARSPROGRAMMA ... 33

LEZINGEN IN AMSTERDAM ... 34

INFO MAITREYA INSTITUUT ... 35

©

VOORWOORD

In dit nummer kunt u (nog eens opnieuw) kennis maken met de vaste leraar van het Maitreya Instituut, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen. In een inleidende lezing geeft hij zijn visie op het doel van het Maitreya Instituut en de cursussen die er worden gegeven. Bovendien legt hij een aantal boeddhistische gebruiken en tradities uit die, bij een eerste ontmoeting met het Tibetaans boeddhisme, in de ogen van nuchtere Nederlanders vreemd kunnen overkomen. In een interview met ons aller Koosje van der Kolk, die deze zomer haar 12½ jarig jubileum bij het Instituut omzet in nog meer waardevolle bijdragen, lezen wij meer over de motivatie en de denkwijze van Geshe Sonam Gyaltsen, die dit jaar alweer vijf jaar bij ons de Boeddha-Dharma presenteert. Geshela's jaarfeest valt dit jaar op 18 juli. Is het dan toch waar dat de tijd steeds sneller gaat?
Verder in dit nummer een vertaling van het Tibetaanse volkslied, het lied van een volk dat nog altijd bruut in eigen land wordt onderdrukt door de Chinezen. Een van onze redactie-leden verzoekt u via een artikel over 'Startrek' eens door een boeddhistische bril televisie te kijken. Ook kijken kan immers op verschillende manieren en als u toch tv kijkt...het Maitreya Instituut is 17 juli a.s. om 18.40 uur op Nederland 3 te zien bij het programma Klokhuis! Mocht u de tv inmiddels beu zijn, dan kunt u altijd nog besluiten te assisteren bij een van de vele werk-projecten die het Maitreya Instituut organiseert. U kunt ons tegenwoordig gemakkelijk en snel vanuit uw eigen huiskamer bezoeken via Internet: http://home.pi.net/~maitreya/home.html Op deze 'website' vindt u nu ook artikelen uit het Maitreya Magazine. Daarnaast ontvangen wij u (weer) graag op de cursussen en/of de meditatie-weekenden die dit jaar, ook al gaat het nog zo snel, extra de moeite waard maken. Tot ziens dus?

Uw eindredacteur Hans van den Bogaert.

INSTRUCTIES BIJ HET VOLGEN VAN DE CURSUSSEN

Jan Paul Kool

Eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen

Dit artikel bevat een gedeelte van de lezing waarmee de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, de vaste leraar bij het Maitreya Instituut, de cursus opende die op 28 februari van start ging. Vanwege de brede toepasbaarheid van de instructies en omdat deze lezing duidelijk de werkwijze en motivatie van het Maitreya Instituut toont, hebben wij de lezing hier voor u integraal afgedrukt zodat die voor een groter aantal mensen van nut kan zijn..

Welkom en een goedenavond allemaal. We beginnen vandaag met een nieuw studie-onderdeel. Omdat ik in de meditatieruimte een aantal mensen zie die hier voor het eerst zijn, wil ik deze nieuwe cursus vanavond beginnen met een algemene inleiding.

Sinds ik hier in het Maitreya Instituut als vaste leraar les geef, hebben we twee weekendcursussen per maand, waarvan er één bestemd is voor de wat meer gevorderde studenten omdat er wat verdergaande filosofische onderwerpen ter sprake komen en één weekend uitermate geschikt is voor mensen die nieuw zijn in de Dharma en voor oudere studenten die hun integratie met de praktijk willen verstevigen.

De indeling in twee weekenden per maand hebben we zo gedaan om tegemoet te komen aan jullie wensen. Het is pertinent niet zo dat gevorderde studenten niet op beginnersweekenden mogen komen of andersom, dat iemand die nieuw is niet op een 'moeilijk' weekend zou mogen komen, want dat bepalen jullie natuurlijk helemaal zelf. Vrijheid staat hier hoog in het vaandel. Dat moge ook blijken uit het feit dat ik niet de bedoeling heb om mensen boeddhist te maken of het boeddhisme aan te praten. Ik geef deze cursus enkel en alleen omdat ik uit ervaring weet dat sommige mensen er iets aan hebben.

Net zo min als het aan mij is of aan de mensen die hier wonen om te besluiten of iemand op een beginners- of een gevorderdencursus thuishoort, net zo min is het aan mij of de mensen die hier wonen om te besluiten of iemand boeddhist moet worden of niet. Dat soort dingen maak je altijd

zelf uit. Nu valt jullie dus onmiddellijk al op dat er met twee weekenden per maand vrij veel cursussen gegeven worden op het Maitreya Instituut. Waarom is dat? Omdat het boeddhisme niet een geloof is in de letterlijke zin van het woord, maar eerder een wetenschappelijke religie. Dus een religieuze beleving waarin de logica en het wetenschappelijk onderzoek, met inbegrip van de filosofie die daarbij hoort, hoog staat aangeschreven.

Het boeddhisme is niet een geloof in de letterlijke zin van het woord maar eerder een wetenschappelijke religie.

Zoals jullie weten stamt de boeddhistische leer van de historische Boeddha Sakyamoenie, die ruim 2550 jaar geleden in India leefde en gemotiveerd was met de wens het lijden van alle wezens op te heffen en geluk te vinden dat blijvend is. De Boeddha heeft zelf het hoogste niveau van evolutie, de verlichting of het boeddhaschap bereikt en vervolgens een complex aan methoden ontwikkeld waarmee gewone mensen zich voorgoed kunnen vrijmaken van alle problemen en gelukkig kunnen worden. Die methoden worden sedert die tijd doorgegeven als de boeddhistische leer. Hoewel er mede door vermenging met bepaalde culturele aspecten in de verschillende windstreken van deze planeet verschillende vormen van boeddhisme zijn ontwikkeld, heeft het boeddhisme altijd een open houding naar iedereen gehad. Dat komt door de oorspronkelijke wens van de Boeddha; het lijden van alle wezens op te heffen. Die wens van de Boeddha eerbiedigen wij en daarom is iedereen die zijn of haar problemen wenst op te heffen welkom bij het boeddhisme.

Het boeddhisme heeft de optimistische visie dat de geest van nature helder, licht en wetend is.

Het boeddhistisch onderricht is dus voor iedereen beschikbaar. Binnen het geheel van de boeddhistische leer zijn er echter specifieke beoefeningen die zijn voorbehouden aan mensen die in die beoefeningen zijn ingewijd. We bedoelen met name de boeddhistische tantra's die geheim worden gehouden, waardoor hun kracht is gewaarborgd. Tantrische beoefeningen worden alleen overgedragen aan mensen die er volgens de leraar klaar voor zijn. Dus hoewel de boeddhistische leer voor iedereen te allen tijde open staat en beschikbaar is, zijn er een paar onderdelen in de boeddhistische leer die niet voor iedereen open staan. Dat is niet omdat er dingen in zouden zitten die het daglicht niet verdragen, maar dat is omdat die methoden in verkeerde handen averechts werken.

Het boeddhisme gaat altijd over jezelf.

De boeddhistische leer omvat een enorm groot aantal beoefeningen en methoden. Het is zeker niet de bedoeling dat iedereen al die verschillende methoden gaat beoefenen. Het is juist de bedoeling dat mensen er dingen uit nemen die aansluiten bij hun eigen aanleg en capaciteit. Het idee van de Boeddha is dat de mensen problemen hebben en daardoor eigenlijk een beetje ziek zijn. Net zoals er niet maar één medicijn is waarmee alle ziekten genezen worden, is er ook in de boeddhistische leer niet maar één methode waarmee alle problemen worden opgeheven. Je zult ontdekken dat in het boeddhisme een groot aantal methoden wordt onderwezen dat geheel afgestemd is op verschillende visies, op verschillende ervaringen, op verschillende capaciteiten en ook op verschillende opvattingen van mensen. Zo komen we in grote lijnen tot een indeling in mensen die streven naar geluk in dit leven, mensen die streven naar geluk in volgende levens - dat noemen we het beginnersniveau van motivatie -. mensen die streven naar volledige bevrijding van alle ellende - dat noemen we het tussenliggende niveau van motivatie -, en mensen die geluk voor iedereen wensen - de hoogste motivatie.

Hoewel de methodiek van het boeddhisme heel rationeel en wetenschappelijk is, verschilt het van andere takken van wetenschap omdat het niet over iemand anders gaat. Het boeddhisme gaat altijd over onszelf. Daarbij is het uitgangspunt dat wij twee soorten problemen hebben: fysieke en mentale problemen en dat er een mogelijkheid is voor twee soorten geluk: fysiek geluk en mentaal geluk.

De superioriteit van de geest.
Hoewel het belang van lichamelijk welbehagen of comfort door het boeddhisme wordt onderkend, wordt gezegd dat de geest krachtiger is dan het lichaam. Daarom wordt in eerste instantie gestreefd naar mentaal geluk. Dat

moeten we niet zien als een zwart/wit-indeling, waarbij we alleen maar geïnteresseerd zijn in geestelijk geluk en voorbij gaan aan lichamelijk welbehagen. Laat ik het duidelijk maken aan de hand van een voorbeeld. Stel je twee mensen voor die samenwonen, die helemaal niet rijk zijn; gewoon een modaal inkomen hebben of misschien iets lager, maar die heel goed en open met elkaar omgaan en heel verdraagzaam zijn naar elkaar. Die mensen zullen ondanks dat zij materieel gezien beneden modaal zitten, gelukkig zijn.
Stel je een ander echtpaar voor dat vreselijk rijk is. Twee mensen die in een paleis van een huis wonen, drie keer per dag 16 verschillende smaken voedsel eten, de hele dag niet hoeven te werken maar baden in weelde, met zwembaden en bubbelbaden, maar elkaar niet kunnen verdragen en op een vreselijke manier met elkaar omgaan. In dat fantastische paleis zal niemand gelukkig zijn.
Dit geeft heel grof en algemeen aan dat het geluk niet helemaal van materiële rijkdom afhankelijk is.

Wanneer we het fenomeen geluk nog nauwkeuriger onderzoeken, dan komen we tot de conclusie, een heel boeddhistische conclusie, zelfs één van de basisprincipes van het boeddhisme, dat de geest alleen verantwoordelijk is voor de mate waarin iemand geluk ervaart. Daar is een aantal redenen voor. Eén van die redenen is dat de geest onbeperkt tot ontwikkeling kan worden gebracht, dat in de geest alle oorzaken liggen voor pijn en voor geluk en dat het met geestelijke ontwikkeling mogelijk is om zelfs het geringste lichamelijke lijden voorgoed op te heffen. Dit verklaart de grote belangstelling voor de geest (het bewustzijn). De werking van de geest wordt in het boeddhisme dan ook uitgebreid beschreven. Het boeddhisme heeft de optimistische visie dat de geest van nature helder, licht en wetend is. De natuur van de geest is zuiver en verhelderend. De zuivere natuur en helderheid van onze geest is momenteel verduisterd door tijdelijke oppervlaktevervuiling. Dat komt door allerlei verstorende mentale factoren zoals begeerte, woede en kortzichtigheid. Wanneer we gemotiveerd door zulke negatieve mentale factoren actief zijn, verzamelen we slecht karma en nog meer verduistering/ vervuiling. De grote kunst bestaat dan ook uit het verminderen van die negatieve invloeden in onze geest en het vermeerderen van de positieve mentale factoren, waardoor we als het ware de balans in het positieve doen overslaan en op een gegeven moment zelfs zo ver zijn dat ons helder-licht-bewustzijn nooit meer vertroebeld wordt.

De schoonmaak of zuivering van onze menselijke geest leidt tot een toenemende mate van geluk, want naarmate er minder verstorende factoren in onze geest aanwezig zijn, naarmate er minder vertroebeling optreedt en minder verduistering is, ervaren we meer helderheid en meer geluk. Dat is eigenlijk de kern van de boeddhistische boodschap: de problemen hoeven niet, het lijden is overbodig. We kunnen er voorgoed vanaf wanneer we onze geest maar voldoende zuiveren. Het zuiveren is de voornaamste bezigheid van alle boeddhisten en is niet eens gemakkelijk. Waarom niet? Omdat we al sinds beginloze tijden - en dat is echt heel erg lang - gewend zijn aan de verstorende factoren in onze eigen geest. Die zijn daarin zo ingebakken, dat we die niet zomaar even uitwassen. Toch proberen we iedere keer weer opnieuw om de zuivering van onze geest gestalte te geven. Dat doen we op twee manieren. In ons gedrag door geweldloosheid en in filosofie met de zienswijze van onderling afhankelijk ontstaan.

De praktijk.
De gedragscode van geweldloosheid is in het boeddhisme ver doorgevoerd en bestaat eruit dat we niemand geweld aan doen. Waarom niet? Wel, wanneer wijzelf geweld worden aangedaan, dan worden we daar niet blij van. Nee, in tegendeel, we worden daar ongelukkig van. Dat geldt ook voor alle andere mensen en dieren enz. Daarom proberen we om anderen zo weinig mogelijk te kwetsen. Wanneer we eerlijk en logisch nadenken, beseffen we al snel dat iedereen graag gelukkig is. Het gaat niet om ons alleen. Het gaat er niet om dat wij gelukkig zijn ten koste van de rest van de mensheid. Nee, iedereen wil graag gelukkig zijn. Sterker nog, net zoals wij graag gelukkig zijn, willen al die andere mensen en dieren even graag gelukkig zijn. Ook in het boeddhisme van het bescheiden voertuig (Hinayana) wordt geweldloosheid gepraktiseerd. Die geweldloosheid wordt in het boeddhisme van het grote voertuig (Mahayana) nog uitgebouwd doordat we niet alleen anderen niet schaden, maar bovendien proberen om anderen te helpen.

De zuivere natuur en helderheid van onze geest is momenteel verduisterd door tijdelijke oppervlaktevervuiling. Dat komt door allerlei verstorende mentale factoren zoals begeerte, woede en kortzichtigheid.

De filosofie.
Dat wat betreft de gedragscode. Wat betreft de zienswijze of de filosofie presenteert het boeddhisme de zienswijze van onderling afhankelijk ontstaan of onderling afhankelijke relaties, wat aangeeft dat er niets is dat onafhankelijk, vanuit zichzelf, op eigen kracht of inherent bestaat. We zien de onderlinge verbondenheid tegenwoordig steeds duideijker ook in zakelijke- en in politieke relaties enz.. Er is geen land meer dat een geïsoleerde politiek kan voeren. Er is geen mens meer die zich los kan denken van andere mensen. Iedereen is van iedereen afhankelijk.

Dit schetst de oorsprong en de essentie van de leer waarin we ons de komende weekenden weer zullen verdiepen. Zeker als je hier voor het eerst bent kan het gebeuren dat je vanuit de boeddhistische religie of filosofie dingen hoort die wel heel erg vreemd in je oren klinken. Dan zou ik willen adviseren: neem die dingen gewoon ter kennis als zijnde boeddhistische opvattingen of boeddhistische visies. Voel je niet verplicht om ze over te nemen of te accepteren. Wanneer je iets vreemd vindt, denk dan gerust "Nou ja, dat is dus de mening van de boeddhisten. Ik zie nog wel eens een keer of dat verder klopt of niet." Probeer voor jezelf alleen datgene uit het onderricht te nemen waarvan je denkt of voelt dat je er iets mee kunt.

Het is altijd mogelijk dat in een presentatie van de boeddhistische leer dingen gezegd worden die niet op je eigen situatie van toepassing zijn. Immers, ieder mens is anders en iedereen ervaart een andere situatie. Vandaar ook dat in e en goed restaurant verschil lende menu's worden geserveerd en men altijd de keuze heeft tussen thee met suiker en thee zonder suiker. Dus mocht je iets vreemds horen, zoals bij voorbeeld dat Geshela zout in zijn thee doet, denk dan niet: "Oh jee, wat een raar gedoe. Nu moet ik zeker ook zout in mijn thee doen. Dat doe ik van al m'n evens niet!" Nee, denk gewoon van: "Dat doet hij, dat moet hij weten."

Vergeet ook niet dat de leer van de Boeddha meer dan 2550 jaar oud is en uit een heel ander werelddeel komt, waar alles anders is, het lijkt wel een andere planeet. Dus verwacht ook rustig dat sommige dingen die je vanuit het boeddhisme zult horen, een beetje vreemd zijn voor de moderne Nederlander. Als je de dingen die je misschien een beetje vreemd vindt gewoon accepteert, dat wil zeggen naast je neerlegt en je er niet druk over maakt, dan blijf je open staan voor de enorme diepe wijsheden en de inzichten welke het boeddhisme presenteert en dan zal je ook onmiddellijk opvallen hoe rationeel en hoe logisch deze leer is en hoe deze leer nu eens een keer niet je verstand te boven gaat.

De schoonmaak of zuivering van onze menselijke geest leidt tot een toenemende mate van geluk.

Wetenschappelijk boeddhisme.
Terwijl een heleboel religieuze systemen juist neigen naar fundamentalisme - daar mag niet aan getornd worden, daar mag je niet over nadenken, daar mag je geen kritiek op hebben - nodigt de Boeddha je juist uit om kritisch te zijn. De historische Boeddha zelf zei al tegen zijn discipelen: "Geloof niet wat ik zeg, omdat ik het zeg, maar onderzoek of het klopt net zo grondig, zoals je goud onderzoekt op een Indiase markt, (waar je niemand vertrouwt)". We zullen zien dat het boeddhisme elk verstandelijk onderzoek weerstaat. Sterker nog, wanneer je het boeddhisme grondig onderzoekt, dan begrijp je er steeds meer van en kan het ook meer voor je betekenen. Daarom zei de historische Boeddha Sakyamoenie, en zeggen alle boeddhistische leraren nog steeds:

De grote kunst bestaat uit het verminderen van die negatieve invloeden in onze geest en het vermeerderen van de positieve mentale factoren.

"Onderzoek de leer die gepresenteerd wordt om te zien of die iets voor je kan doen. Probeer het, test het uit en als je ziet dat het werkt, wel, veel succes ermee!"

Er werd lange tijd gedacht: kan het boeddhisme wel beoefend worden door mensen die heel druk in de maatschappij bezig zijn? Moet het boeddhisme niet per se beoefend worden door mensen die zich uit de maatschappij in een kloostergemeenschap of retraitesituatie hebben teruggetrokken? Is het niet per se nodig je uit de maatschappij terug te trekken? Nee, het is heel goed mogelijk om maatschappelijk betrokken en aan alle kanten gebonden in de maatschappij de Dharma (boeddhistische leer) te beoefenen en daarin grote vorderingen te

maken.
We zien dan ook in de geschiedenis van India en in de geschiedenis van Tibet dat verschillende koningen er ondanks hun drukke bezigheden in slaagden om hoge spirituele realisaties op het boeddhistische pad te ontwikkelen. Dat kan ook, omdat alle realisaties op het boeddhistische pad in de geest (in het bewustzijn) plaatsvinden.

Mentaal of geestelijk zijn we sowieso altijd actief, tijdens het eten, tijdens het praten en ook terwijl we door de stad lopen. Al die verschillende bezigheden kunnen we dus begeleiden en kracht bijzetten door bepaalde gedachten. Door onze gedachten kunnen we de activiteiten ook een ander aspect geven. Omdat alles van de geest afhankelijk is, is het mogelijk om in een discotheek al dansend de Dharma te beoefenen en is het heel goed mogelijk om stil in een meditatiegrotje te zitten en geen Dharma te beoefenen. Mensen kunnen ogenschijnlijk heel wereldse dingen doen, maar in feite heel spiritueel bezig zijn. Het tegenovergestelde is ook mogelijk. Iemand kan heel spiritueel lijken te zijn, bij voorbeeld in een pij rondlopen en misschien wel weken of maanden of jarenlang in retraite zijn, maar in feite heel materialistisch bezig zijn. Als iemand in retraite is en alleen maar zit te denken aan de roem die hem of haar ten deel zal vallen als hij uit die retraite komt en het geld dat naar hem toe zal stromen van de goedgelovigen, dan is het beter om niet in retraite te gaan. Want nogmaals, alles is afhankelijk van de geest en het is onze motivatie, onze gedachten die bepalen of iets spiritueel of materialistisch wordt.

Al geven we maar een handvol voedsel aan een vogel of een koekje aan een hond, als we weten hoe we daarbij moeten nadenken, als we de boeddhistische manier van nadenken kennen, dan wordt dat geven van voedsel aan een vogel of een hond, een Dharma-beoefening die verstrekkende gevolgen kan hebben.

De kern van de boeddhistische boodschap: de problemen hoeven niet, het lijden is overbodig.

Motivatie en toewijding.
Aan het begin van de lezing, maar dat zullen we morgen ook weer doen, hebben we behalve de 'Hartsoetra' die we in het Nederlands reciteerden, een aantal gebeden gereciteerd waar onder één waarmee we de juiste motivatie opwekken. Dat wil zeggen: de mensen die dat gebedje kennen en die hier al langer komen, wekken op dat punt een heel positieve geesteshouding op.
Op zich is het heel belangrijk, of je dat nou in de vorm van een gebedje doet of enkel in gedach ten, om aan het begin van een goede daad een positieve motivatie te stellen. Door de bewust gestelde motivatie wordt de positieve handeling nog krachtiger. Ook heel belangrijk is om aan het eind van een positieve daad de positieve energie die erdoor gecreëerd is toe te wijden en zo een bestemming te geven.
We hebben al gezegd of iets spiritueel of iets heilzaam wordt of niet, afhangt van onze gedachten, van onze geest. Als we positief denken, dan wordt wat we doen veel positiever. Dus ook als we hier zitten te luisteren, wat op zich al een goede zaak is. Als we daar nog eens een keer extra een heel positieve motivatie aan verbinden, dan wordt het nog veel krachtiger, nog veel positiever. Een voorbeeld van zo'n positieve motivatie is de gedachte dat we hier luisteren, niet alleen om daar zelf beter van te worden, maar vooral ook om hierdoor een stukje spiritueel te ontwikkelen zodat we meer voor anderen kunnen doen.
Degenen die hier al langer komen hebben dat al ontdekt en degenen die hier voor het eerst zijn, zullen dat ontdekken: op een gegeven moment wordt dat positief denken; het iedere keer weer een positieve motivatie opwekken, een gewoonte. In het begin is het een beetje kunstmatig, maar je zult ontdekken dat het zelfs in tijden waarin je het moeilijk hebt gemakkelijker wordt om positief te blijven.
Dat niet alleen, maar als we iets met een positieve motivatie doen, dan wordt het een krachtige daad. Dat geldt ook voor onze alledaagse bezigheden, voor onze baan bij voorbeeld, voor het werk dat we op kantoor, in het ziekenhuis of waar dan ook doen. Als we datzelfde werk doen met een uitgesproken positieve motivatie, dan wordt datzelfde werk een stukje Dharma-beoefening. Dan zullen we door datzelfde werk spiritueel groeien en creëren we daarmee goed karma.

Wanneer we eerlijk en logisch nadenken, beseffen we al snel dat iedereen graag gelukkig is.

Van de verschillende adviezen die je in de boeddhistische leer tegenkomt, zijn er dingen waarvan je zegt: "Ja, dat zou ik best wel eens kunnen doen." Er zullen ook dingen zijn waarvan je denkt van: nou, daar kom ik voorlopig niet aan toe. Wanhoop nooit, want ook

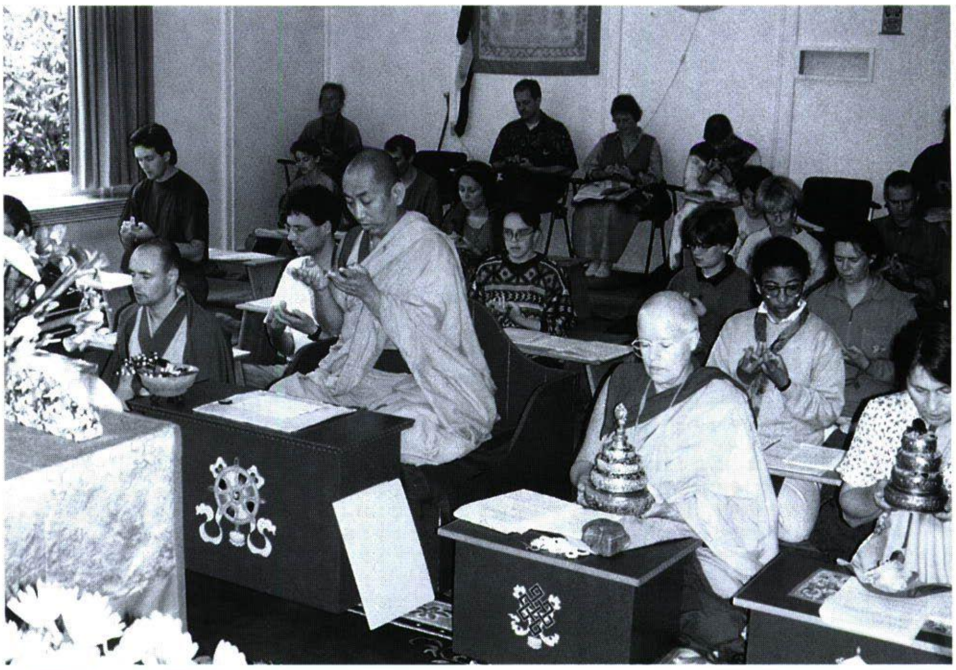
al zou er iets zijn, een bepaalde instructie die je wel wilt doen, maar die je niet kunt doen; als je het echt wilt en er voor bidt, als je de wens opwekt "mag ik dat in de toekomst kunnen", dan zal de dag dat je het kunt zeker komen.

Het positieve denken is natuurlijk niet genoeg. Dat wil zeggen wanneer je de boeddhistische leer wilt beoefenen, dan dien je behalve goede bedoelingen ook nauwkeurige kennis te hebben over de manier waarop die leer beoefend kan worden. Vooral de mensen die hier al wat langer komen, weten natuurlijk dat de ideale motivatie binnen het Mahayana-boeddhisme de wens is dat wijzelf het hoogste niveau van evolutie bereiken als een middel om alle voelende wezens voorgoed gelukkig te kunnen maken. Als je deze ideale Mahayana motivatie vooralsnog wat te hoog gegrepen vindt, omdat het gaat om het welzijn van alle wezens, en dat zijn er nogal wat, is het natuurlijk ook voldoende en misschien zelfs wat praktischer wanneer je jezelf motiveert met de gedachte: ik wil hier iets nieuws leren om zoveel mogelijk anderen te kunnen helpen.
We zien dat het in ieder geval belangrijk is dat we het niet alleen voor onszelf doen, maar meteen al ons ego overstijgen.

Waarom neerbuigen?
Dan is er nog iets wat vrij ego-overstijgend kan werken en dat is wat we hier bij het binnenkomen doen: neerbuigen. Neerbuigen is voor de meeste westerlingen een zeer moeilijk zaak, maar als je begrijpt waarom het gedaan wordt, dan valt het allemaal weer reuze mee. Immers we buigen niet neer voor een persoon, maar we betuigen onze eerbied voor de boeddhistische leer in zijn geheel. Het is een boeddhistisch gebruik om eerbied te betuigen aan de leer door neer te buigen. We buigen neer voor boeddhabeelden. We buigen ook neer aan het begin van onderricht voor een leraar die het boeddhistisch onderricht uitlegt. Dat is niet zo zeer een neerbuigen voor hem als persoon, maar een neerbuigen voor hem als vertegenwoordiger van de leer van de Boeddha. Als je hier lessen volgt, wordt ik ook niet meteen je leraar. Ik ben als het ware ingehuurd door de FPMT en het Maitreya Instituut om onderricht te geven en iedereen die belangstelling heeft voor het boeddhisme is welkom dat onderricht te ontvangen. Of op zo'n vrijblijvend contact in een later stadium een leraar-leerling relatie volgt is een persoonlijk besluit.

Dus je kunt rustig neerbuigen voor een boeddhistische leraar zonder dat die echt je leraar hoeft te zijn of te worden, want dan denk je gewoon: ik buig niet neer voor die man, maar voor hetgeen hij vertegenwoordigt.Het is ook veel veiliger om niet te hard van stapel te lopen met het aangaan van een persoonlijke band met een leraar. Veel verstandiger is het om eerst die leraar als het ware op afstand te houden door hem te beschouwen als een filosoof of iemand die heel veel weet over de boeddhistische leer en daarom bekwaam is erover te spreken.

Boeddhistisch onderricht gebeurt op uitdrukkelijk verzoek.
Dat even wat het neerbuigen betreft. Een andere vreemde gebeurtenis die jullie gisteravond vast niet is ontgaan, is dat mij hier verschillende dingen werden aangeboden. Eerst zo'n opeengestapelde mandala-offerande en vervolgens een boeddhabeeldje, een tekst en een stoepa. Je zult je wellicht afvragen wat dat betekent? Wel, we zijn zoals jullie weten een nieuwe cursus begonnen, een nieuw stukje boeddhistisch onderricht en het boeddhistisch onderricht mag niet ongevraagd worden opgedrongen. Er wordt dan ook in het boeddhisme niet gepredikt. Er wordt hoogstens onderwezen op uitdrukkelijk verzoek. De hele gebeurtenis met de mandala-offerande (de symbolische offerande van dit zonnestelsel) was het verzoek aan mij om toch maar alsjeblieft dit onderricht, deze


Jan Paul Kool

Gebedsdienst in Maitreya Instituut

cursus, te willen geven.
Weer een stukje geweldloosheid van het boeddhisme. Geweldloosheid in de praktijk. Zelfs de filosofie, zelfs de leer, wordt niet opgedrongen. Daar wordt niet ongevraagd over gesproken. Die zul je nergens horen zonder dat daarom is verzocht en dat ligt ook geheel in de lijn van de traditie. Immers, nadat de historische boeddha Sakyamoenie in Bodhgaya (in India) de verlichting had bereikt, zweeg hij. Uitdrukkelijk zelfs, totdat hij door de grote hindoegoden Indra en Brahma uitdrukkelijk verzocht werd om te spreken en pas toen, na lang beraad, besloot hij deze waardevolle leer aan de wereld te schenken.

Deze traditie, die dus ook weer van de historische Boeddha zelf afstamt, heeft ertoe geleid dat er in het boeddhisme nooit missionaris- of evangelisatiepraktijken zijn aangevangen.
Het boeddhistische onderricht wordt dus uitdrukkelijk op verzoek gegeven en dan nog alleen wanneer de leraar denkt dat degene die erom verzocht er werkelijk wat aan heeft of aan kan hebben.

Wat betreft de relatie leraar-leerling of goeroe-discipel-relatie is ook heel veel te doen. Maar wees gerustgesteld, niemand wordt zomaar je eigen leraar. Dat is een soort tweezijdige overeenkomst die geleidelijk aan kan ontstaan en wanneer je hier en daar boeddhistische leringen bijwoont, dan is dat altijd geheel vrijblijvend. Dat is het uitgangspunt voor het boeddhistische onderricht. Wanneer jullie zelf als luisteraar goed gemotiveerd zijn, dus hier echt iets willen leren om daardoor zelf te groeien en daardoor meer voor anderen te kunnen betekenen en de leraar is ook op zo'n manier gemotiveerd, dan kan er heel wat gebeuren. Dan gebeurt er behalve wat kennis- of informatie overdracht de overdracht van een levende traditie, die teruggrijpt tot de tijd van de Boeddha en dan kun je heel veel spirituele energie ontvangen.

Probeer voor jezelf alleen datgene uit het onderricht te nemen waarvan je denkt of voelt dat je er iets mee kunt.

De Hartsoetra.

Ook traditioneel wordt aan het begin van boeddhistische onderricht de 'Hartsoetra' gereciteerd. Dat is de kortste soetra over de perfectie van wijsheid. Die hebben we in het Nederlands gereciteerd omdat dat meer begrip opwekt. De bedoeling daarvan is dat we zover onze kennis dat toestaat mediteren of contempleren op de leegte, d.i. het ontbreken van werkelijk bestaan. Dat wordt gedaan om eventuele hindernissen die er zijn in het ontvangen van onderricht en het vorderingen maken op het pad te pacificeren. Dan maakt het niet uit of dat innerlijke hindernissen zijn, zoals negatieve gedachten of uitwendige hindernissen zoals bepaalde geesten die proberen de zaak te verstoren; alle hindernissen worden gepacificeerd door een meditatie op de leegte.

De meditatie op de leegte wordt kracht bijgezet door de mantra te gebruiken en door in de handen te klappen zoals jullie hebben gehoord of gedaan wellicht zelfs, en dat heeft ook weer te maken met het verdrijven van hindernissen. Of die nu innerlijk zijn in de vorm van negatieve gedachten of uitwendig in de vorm van andere entiteiten.

Dat is best wel belangrijk en het heeft ook een psychologisch effect, want we erkennen dat er in onszelf bepaalde negatieve gedachten kunnen zijn, die als obstakel fungeren in ons streven verder te komen voor het welzijn van de wereld of voor het welzijn van zoveel mogelijk andere wezens. Juist dat stelling nemen tegen onze negatieve gedachten - de interne hindernissen - is heel belangrijk. De negatieve gedachten zijn in gewone mensen heel erg krachtig. Dat komt omdat we er al zo veel levens lang aan gewend zijn geraakt dat ze zelfs vaak de boventoon lijken te voeren. Er is heel weinig inspanning voor nodig om iets slechts te denken, te zeggen of te doen en het kost ons vaak heel veel inspanning om iets moois te zeggen, te denken of te doen. Daarom is die stellingname tegen het slechte in onszelf heel belangrijk en heeft een verstrekkend psychologisch effect.

Sommige mensen zijn zich niet zozeer bewust van negatieve gedachten die gemakkelijk opkomen en bij sommige mensen komen die negatieve gedachten ook niet zo heel helder voor de geest, maar die hebben dan vaak weer het probleem dat ze zich loom voelen worden of dat ze zelfs tijdens de lezing in slaap vallen. Dat is een andere manifestatie van dezelfde negatieve geest die wordt gepacificeerd door de recitatie van de Hartsoetra.

Dus jullie zien dat er een heleboel dingen gedaan worden, zelfs aan het begin van de lezing, die een beetje vreemd overkomen als je ze voor het eerst ziet, maar die een diepe betekenis hebben, een eeuwenoude traditie en verstrekkende gevolgen als je weet hoe ze werken.

Vertaling en bewerking voor MM: Hans van den Bogaert.

INTERVIEW MET GESHE SONAM GYALTSEN

Geshe Sonam Gyaltsen werd in 1941 in Lhasa, de hoofdstad van Tibet, geboren. Op zesjarige leeftijd werd hij tot monnik gewijd aan de Gaden Jangtse Klooster Universiteit in Lhasa, waar hij studeerde tot de communistische legers van Mao in 1959 zijn land bezetten. In dat jaar ontsnapte hij in navolging van Z.H. de Dalai Lama naar India, waar de religieuze vluchtelingen werden opgevangen in een voormalige Engelse gevangenis te Buxadaur. In 1970 ging hij naar Zuid India waar de Gaden Jangtse Klooster Universiteit opnieuw werd opgebouwd en waar hij in 1977 de Geshe Lharampa graad behaalde. Gedurende vijf jaar was hij voorzanger (Umdze). Daarna studeerde hij aan de Sanskrit University te Varanasi, waar hij zijn acharya graad haalde. In 1984 ging hij naar Ladakh om les te geven aan het Higher Institute for Tibetan Studies.
Op verzoek van Lama Zopa Rinpochee kwam Geshela in de zomer van 1992 naar het Maitreya Instituut, waar hij sedert dien de vaste leraar is. In de zomer van 1996 ging Geshela voor enkele maanden terug naar zijn klooster in India waar hij met lof slaagde voor zijn tantrische examens.

Hoe kwam Geshela naar het Maitreya Instituut?
(Lachend:) Ik kwam per vliegtuig van Delhi naar Amsterdam met de KLM.

Wat is Geshela's dagelijks schema?
Ik slaap de hele dag (uitbundig lachend). Om preciezer te zijn, ik drink koffie en eet een heleboel voedsel, Nederlands voedsel, omdat het maken van momo's me te veel werk is.
(Hartelijk lachend)

Nu even serieus.....
De manier waarop ik werkelijk in het Maitreya Instituut kwam: eerst ontving ik een brief van de eerwaarde Lama Zopa Rinpochee en in die brief verzocht hij mij als leraar naar het Maitreya Instituut in Nederland te komen. Ik aanvaardde de uitnodiging niet onmiddellijk, maar vroeg eerst om inlichtingen. Paula de Wijs stuurde verhalen en een heleboel foto's naar Ladakh - de plaats waar ik toen les gaf - aldus kreeg ik enig idee over het Maitreya Instituut.

Ik had het zeer naar mijn zin in Ladakh. Ik was in dienst van de regering, dus ik had een goed salaris en gaf onderwijs aan de studenten van het Central Institute for Higher Buddhist Studies. Aanvankelijk had ik dus enige twijfels. Maar zelfs voordat ik naar het Westen kwam, had ik al enkele contacten met Westerse studenten, die naar Ladakh kwamen en vragen stelden over het boeddhisme. Ook gaf ik in Dharamsala een inleiding in het Tibetaans boeddhisme aan een groep van veertig tot vijftig mensen. Ik dacht dat het nuttig zou kunnen zijn gedurende enige tijd naar het Westen te gaan.

Een andere reden was dat ik hoge verwachtingen had van Westerse mensen. Zij kennen al een hoog niveau van materiële welvaart en hebben ondervonden dat al dit materialisme ze niet geheel gelukkig maakt en niet tot tevredenheid stemt. In hun zoektocht naar geestelijke waarden hebben ze alle omstandigheden mee om tot een goede beoefening te komen. Ik hoop en verwacht dat het boeddhisme aanzienlijk zal bijdragen tot hun geluk en kwaliteit van leven.

Ik had zelf studenten in het klooster, maar er zijn zoveel gekwalificeerde leraren in het klooster, dat naar mijn gevoel de monniken niet echt in de steek zouden worden gelaten als ik er niet zou zijn om les te geven. Per slot van rekening zijn daar vele grote leraren die les geven, en hier in Europa is het veel moeilijker om gekwalificeerde leraren te vinden, dus ik denk dat ik hier in het Westen meer nodig ben dan in India. Aangezien Lama Zopa Rinpochee mij speciaal verzocht naar Nederland te komen, terwijl er veel lama's zijn die misschien meer gekwalificeerd zijn dan ik, kwam ik tot de slotsom dat er een bijzondere reden zou kunnen zijn voor hem om mij uit te zoeken, een bijzondere connectie of wat dan ook die vruchtbaar zou kunnen zijn.

Ook herinnerde ik me een toewijdingsgebed waarin we de verdienste toewijden met de wens dat de leer van Lama Tsong Khapa zich overal mag verbreiden waar hij nog niet bekend is, dus ik denk dat de gang naar het Westen bijdraagt aan de vervulling van dat gebed.

Zelf ben ik niet in staat de gehele boeddhistische leer in volle omvang te beoefenen. Maar aangezien Westerse mensen de neiging hebben erg doelgericht te

Jan Paul Kool
Lama Zopa Rinpochee en Geshe Sonam Gyaltsen

Koosje van der Kolk

Geshe Sonam Gyaltsen

zijn en ook een hoog intelligentiepeil hebben, heb ik goede hoop dat vele mensen hier in het Westen de Dharma goed zullen begrijpen en dat sommigen van hen - al zijn het maar een of twee mensen - in staat zullen zijn de Dharma volledig te beoefenen. Mijn geloof is erop gebaseerd dat Westerse mensen de neiging hebben erg kritisch te zijn. Zij onderzoeken een zekere wetenschap, een zeker onderwerp en bekijken dan of het bruikbaar voor ze is of niet. Als ze het niet bruikbaar vinden, gooien ze het weg en als ze het bruikbaar vinden, gaan ze ervoor, dan proberen ze er echt iets mee te doen. Deze sterke neiging in Westerse mensen geeft me de hoop dat mijn verblijf hier vruchtbaar zal zijn.

Een van mijn leraren had me al aangeraden enige tijd in Europa les te geven, zelfs voordat Lama Zopa Rinpochee me verzocht om te komen. Dus in feite maakte dat het gemakkelijker die raad op te volgen.

Voorafgaand aan deze uitnodiging naar het Maitreya Instituut in Nederland te komen had ik een uitnodiging gekregen om aan het FPMT Centrum 'Tushita' in Delhi te komen lesgeven, maar toen was ik net geïnstalleerd als leraar in Ladakh, dus kwam het me niet uit gelijk weer weg te gaan en nam ik die uitnodiging niet aan.

Wat is het dagelijks schema van Geshela?

Dat is erg verschillend om eerlijk te zijn, omdat ik geen vaste tijd heb waarop ik ga slapen en dus ook geen vaste tijd om 's ochtends op te staan. Die twee houden verband met elkaar; als ik laat ga slapen, sta ik wat later op, soms om 6.30 uur, soms om 7.30, soms zelfs om 8.00 uur. In elk geval slaap ik nooit voor 2.00 uur 's ochtends. Als ik tegen 2.00 of 3.00 uur 's ochtends ga slapen en om 5.00 uur weer opsta voelt mijn lichaam zich onzeker, dus vind ik het beter enige rust te nemen.

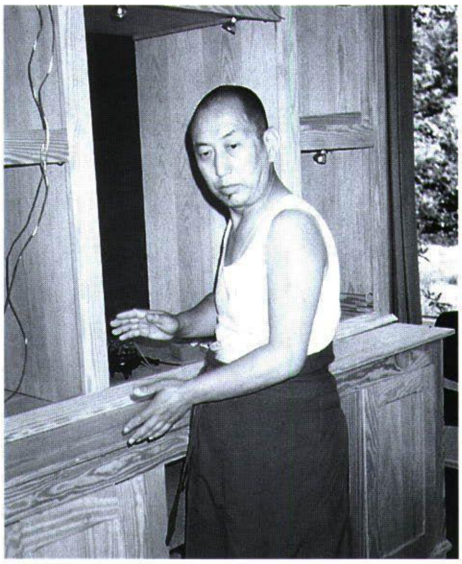
Na het opstaan doe ik mijn neerbuigingen en plaats ik de offergaven op het altaar, de waterbakjes enz. en doe ik mijn gebeden. 's Morgens doe ik geen uitgebreide beoefeningen, maar doe ik gebeden zoals de Zes Zittingen Yoga. Mijn belangrijkste beoefeningen doe ik 's avonds.

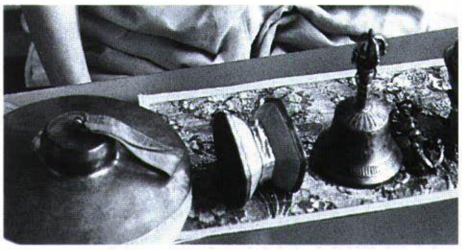
Na de korte beoefening in de ochtend lees ik de teksten. Ik heb er werkelijk plezier in dit te doen. Daarom concentreer ik me erg op de teksten die ik lees en dan lijkt de tijd erg snel voorbij te gaan. Ik vind altijd veel interessante dingen in boeddhistische teksten en er zijn zoveel geschriften dat ik voorlopig genoeg te lezen heb.
's Middags probeer ik vaak enig Engels te studeren. Het hangt ervan af hoe ik me voel. Ik vind het nuttig om Engels te leren. Enerzijds omdat de vertaler niet in het Instituut woont, hij woont in een stad zo'n twintig km verderop en er is niemand op het Instituut die Tibetaans spreekt, dus dan moet ik tenminste enig Engels

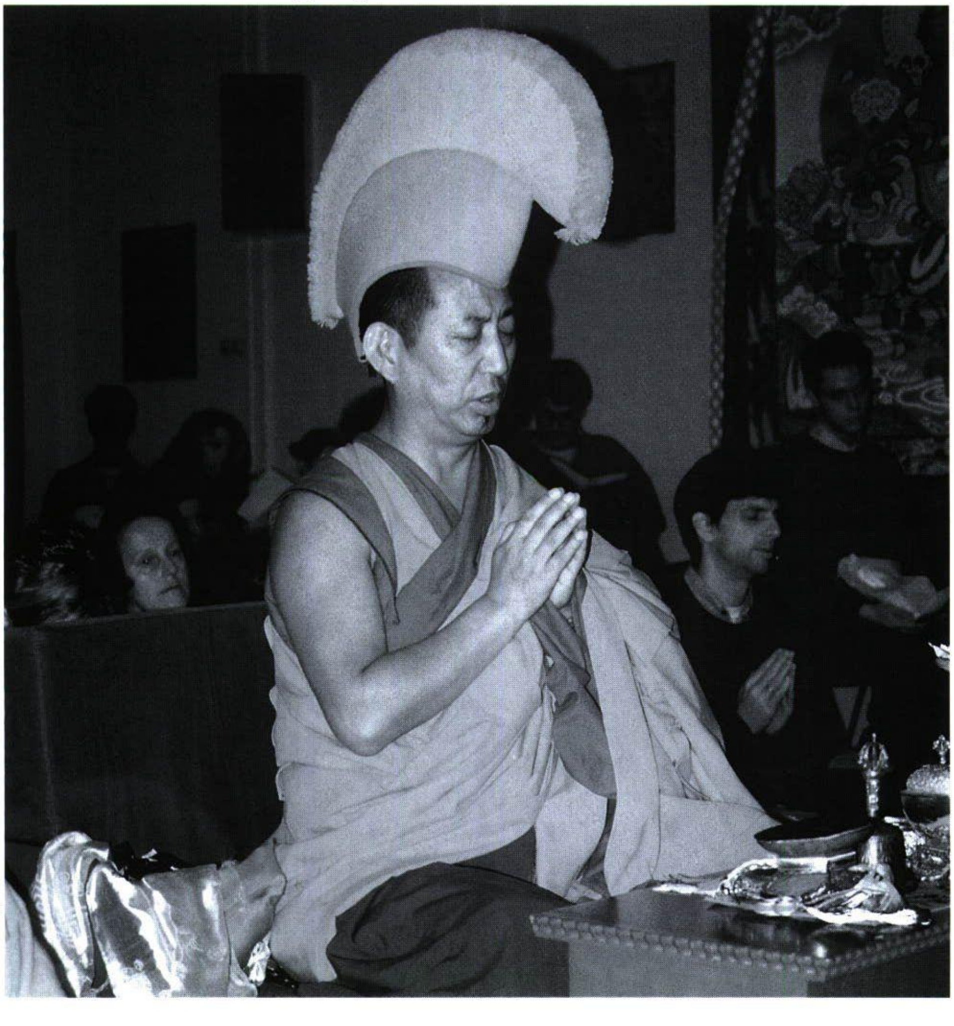
leren om me verstaanbaar te kunnen maken. Ook zou het als ik ooit naar India terugga erg nuttig zijn Engels te spreken, dus ik heb twee redenen om verder te gaan met studeren.

Maar ik word ouder; het is niet echt de leeftijd waarop mensen talen studeren. Ik denk ik dat ik de leeftijd heb waarop ik liever beoefeningen wil doen en me wil voorbereiden op de dood, dan nieuwe talen studeren.

's Avonds rond 17.00, 17.30 uur begin ik met de avondgebeden. Dat neemt heel veel tijd in beslag. Ik heb vele grote leraren zoals Zijne Heiligheid de Dalai Lama en natuurlijk vooral de Yongdzin Rinpochee's, (Ling Rinpochee + Tridjang Rinpochee, red.). Ik heb van hen initiaties ontvangen - Tibetanen willen graag alle initiaties ontvangen (lacht). Dus moet ik alle beoefeningen doen. Ik doe deze beoefeningen vanaf 17.00, 17.30 uur 's avonds tot ver na middernacht. Feitelijk noemen we die beoefeningen 'kha dön', wat 'mondelinge recitaties' betekent, en dat is dan ook de manier waarop ik beoefen: uitsluitend mondelinge recitaties, omdat ik niet echt weet hoe ik op deze diepzinnige tantrische beoefeningen moet mediteren. Ofschoon ik niet weet hoe ik deze diepzinnige meditaties moet doen, heb ik in dit leven niemand pijn gedaan en ben ik nooit jaloers geweest. Op deze manier probeer ik te beoefenen om een goed boeddhist te zijn, ook al doe ik geen diepe meditaties.


Koosje van der Kolk


Koosje van der Kolk


Roger

Dat is mijn dagelijks schema. Als ik geen Dharma onderwijs geef - wat de reden voor mijn verblijf hier is - leer ik op de computer werken, als ik ervoor in de stemming ben.

Daarbij probeer ik beschikbaar te zijn voor mensen die vragen willen stellen. Zoals vandaag, ik voel me niet zo goed, ik ben een beetje grieperig - de griep heerst weer in Europa - ben ik toch beschikbaar voor mensen die me vragen willen stellen. Vandaag ben jij de vierde.

Twee weekeinden per maand geef ik Dharma-les. Ik probeer niet alleen de leringen te onderwijzen zoals ik ze heb ontvangen, maar ze in een soort Westerse verpakking aan te bieden. Daarvoor denk ik heel veel na over de manier waarop de mensen hier in het Westen leven, hoe ze hun omgeving beleven en hoe dingen kunnen worden verduidelijkt aan de hand van voorbeelden die hier in het Westen aanspreken.

De Dharma is duidelijk erg waardevol en er is een heleboel wijsheid in de boeddhistische leer, maar ik probeer deze wijsheid ook

Fotopol: Inge Pieuart

Huwelijksinzegening van Robert en Cora Schippers door Geshe Sonam Gyaltsen in Maitreya Instituut 22-5-'97

voor de mensen toegankelijk te maken, omdat het ze moet bereiken en hen echt in hun hart moet raken. Als het alleen maar intellectuele kennis blijft, is het alleen nog maar meer bagage die ze moeten meezeulen en dan zal het niet echt het beoogde effect hebben. Ik heb grote verwachtingen van de voordelen van de boeddhistische leer voor de intelligente Westerse mens.

Het belangrijkste programma is de jaarlijks terugkerende, twee weken durende Lam Rim zomercursus, en ik heb daarvoor verschillende teksten gebruikt. Bovendien hebben we het studieprogramma, dat oorspronkelijk was opgezet voor drie jaar maar dat nu vier of vijf, misschien zelfs zes jaar zal duren. Ik heb de Lo Rig en Drub Tha, Sa Lam, Lo Djong, verschillende Lam Rim teksten en de Bodhicaryavatara onderwezen. Op het moment zijn we begonnen aan het Eerste Hoofdstuk van de Abhisamayalankara, wat anderhalf jaar zal duren. We zijn ook begonnen met Nagarjuna's 'Brief aan een Vriend'.

Wat is het advies van Geshela aan de studenten?

Geen speciaal advies. Misschien voor de lezers van het Maitreya Magazine om zoveel mogelijk positief ingesteld te blijven en niemand pijn te doen. Uiteraard moeten mensen werken en zijn ze daar erg druk mee, maar misschien zou men toch enige tijd kunnen besteden aan het doen van formele Dharma beoefeningen en het voortzetten van de studie om meer kennis over de wijsheid van de boeddhistische manier van leven te krijgen. Maar in de eerste plaats zou ik willen zeggen: blijf positief, doe niemand pijn en probeer een goed mens te zijn.

Interview: Koosje van der Kolk, Vertaler: Hans van den Bogaert. Dit interview verscheen eerder in verkorte vorm in het tijdschrift van de FPMT 'Mandala'.

GEBED VAN TOEWIJDING

Geschreven door de beroemde bodhisattva Shantideva
en aangepast door Zijne Heiligheid de 14e Dalai Lama.

Mag het zo zijn dat alle wezens, waar zij zich ook bevinden,
die gekweld worden door het lijden van lichaam en geest,
grenzeloze vreugde en geluk ervaren,
door toedoen van mijn positieve verdienste.

Mag het zo zijn dat er geen enkel levend wezen lijdt,
kwaad begaat of ooit ziek wordt,
dat er niemand is die angst heeft of gekleineerd wordt,
of gebukt gaat onder neerslachtigheid.

Mag het zo zijn dat de blinden vorm zien,
en de doven geluid horen,
dat zij wiens lichamen uitgeput zijn door inspanning,
kunnen herstellen door het vinden van rust.

Mag het zo zijn dat de naakten kleding vinden,
en de hongerigen voedsel,
dat zij die dorst hebben water vinden,
en heerlijke dranken.

Mag het zo zijn dat de armen rijkdom vinden,
en zij die verzwakt zijn door verdriet, vreugde,
dat zij die bedroefd en eenzaam zijn hoop vinden,
en aanhoudend voorspoed en geluk.

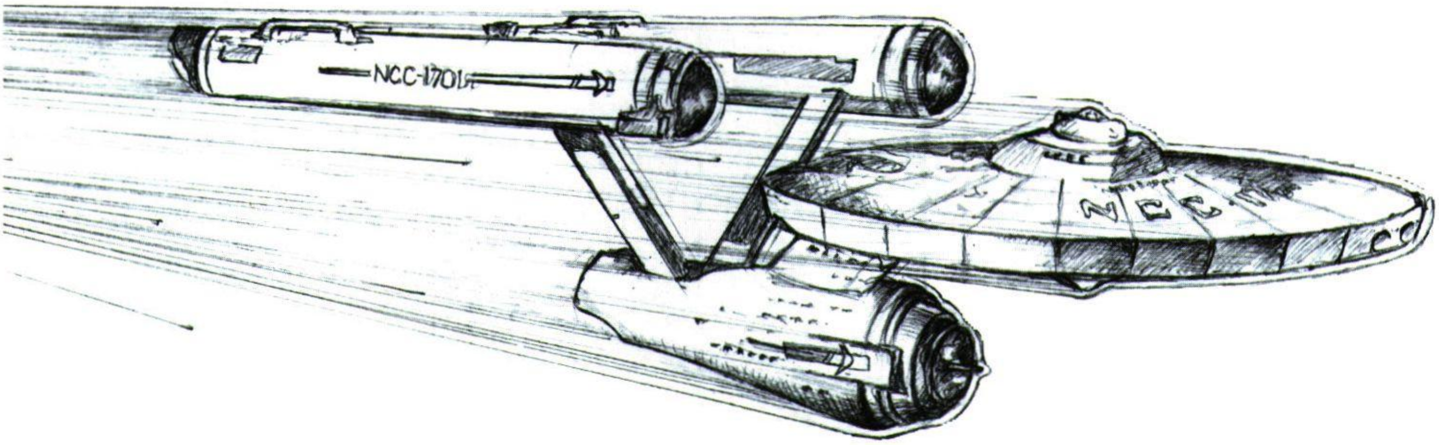
Mag het zo zijn dat de regens op de juiste tijd komen,
en oogsten overvloedig zijn,
dat alle medicijnen doeltreffend werken,
en heilzame gebeden vrucht dragen.

Mag het zo zijn dat allen die niet-gezond en ziek zijn,
snel van hun kwalen bevrijd worden,
dat wat voor ziekten er ook op de wereld zijn,
deze snel mogen verdwijnen.

Mag het zo zijn dat zij die angst hebben, ophouden bang te zijn,
en zij die niet vrij zijn worden bevrijd,
dat zij die machteloos zijn kracht vinden,
en mogen de mensen denken aan het welzijn van elkaar.

Vertaling: Sjon van der Tol.

TO BOLDLY GO... BOEDDHISTISCHE THEMA'S IN STAR TREK



Hoeveel lezers van het Maitreya Magazine zullen er regelmatig naar Star Trek kijken? Als dat er niet zoveel zijn, is het voor een goed begrip van dit artikel nodig in het kort dit programma te introduceren. Star Trek is een science fiction serie op film en televisie die vanaf halverwege de jaren zestig ononderbroken bestaat. De eerste jaren voerde Captain Kirk het bevel over het ruimteschip Enterprise, gevolgd door Captain Jean-Luc Picard in 'Star Trek: The Next Generation'. Verder zijn inmiddels Kate Janeway en Benjamin Sisko de gezagvoerders op de opvolgers van het trouwe schip Enterprise in de series 'Voyager' en 'Deep Space: Nine'. De spannende avonturen spelen zich circa vierhonderd jaar na heden af in de verste uithoeken van het heelal. Een tegen die tijd gevormde federatie van diverse planeten, die er samen een hoogstaande ethische code op nahouden, heeft een 'Star Fleet' opgericht om de vrede te bewaken en het heelal te onderzoeken. In opdracht van de Federatie zwerft een enorm ruimteschip, voorzien van de modernste techniek, door de ruimte "om nieuwe volkeren en nieuwe culturen te zoeken", "to boldly go where no-one has gone before." Het doel is dus wetenschappelijk en diplomatiek, niet oorlogszuchtig. En men kan maar doorgaan, want het heelal heeft immers geen grenzen.

Wat maakt nu dat deze serie al dertig jaar zo boeit? Ontmoetingen met buitenaardse wezens komen in zoveel sf-films voor dat de geoefende kijker daar niet meer van omvalt, ook al maakt de grimeerafdeling overuren. Star Trek echter heeft geleid tot het fenomeen van de 'Trekkies': volwassen mannen en vrouwen die uitgedost als personages uit de serie congressen houden. Boeken worden volgeschreven over de geschiedenis van de personen en volkeren uit de serie. Kortom, het is een cultserie van de eerste orde.

Blijkbaar bevat Star Trek elementen die de serie uittillen boven het niveau van een doorsnee avonturenfilm voor kinderen. Nu kijkt schrijfster dezes al naar de serie sinds de dagen van Captain Kirk en Mr. Spock, maar bij het weerzien tijdens de recente reeks herhalingen op alle netten blijken vele afleveringen onverwachte aspecten te hebben wanneer ze bekeken worden vanuit een boeddhistische optiek. Er zitten afleveringen tussen die als het ware uitbeeldingen zijn van vraagstukken die ook in het boeddhisme worden aangesneden. Die science fiction avonturen worden dan een manier om je een beetje voor te stellen waar in het boeddhisme op gedoeld wordt bij bepaalde onderwerpen.

Vaak wordt de kapitein voor morele dilemma's geplaatst, bijvoorbeeld doordat de hele bemanning in gevaar komt bij de redding van een enkele collega. Personen worden geconfronteerd met oude vijanden die de hele bevolking van hun planeet hebben uitgemoord: kunnen zij nog enig mededogen voor hen opbrengen? Dit zijn echter meer algemeen humanitaire onderwerpen. Ik wil hier meer specifiek boeddhistische thema's naar voren halen en laten zien hoe deze in Star Trek verbeeld worden.

Enkele van deze thema's zijn: de relatie tussen geest en materie; de relatie tussen lichaam en geest/reïncarnatie; verschillende bestaanswerelden; de aard van de werkelijkheid.

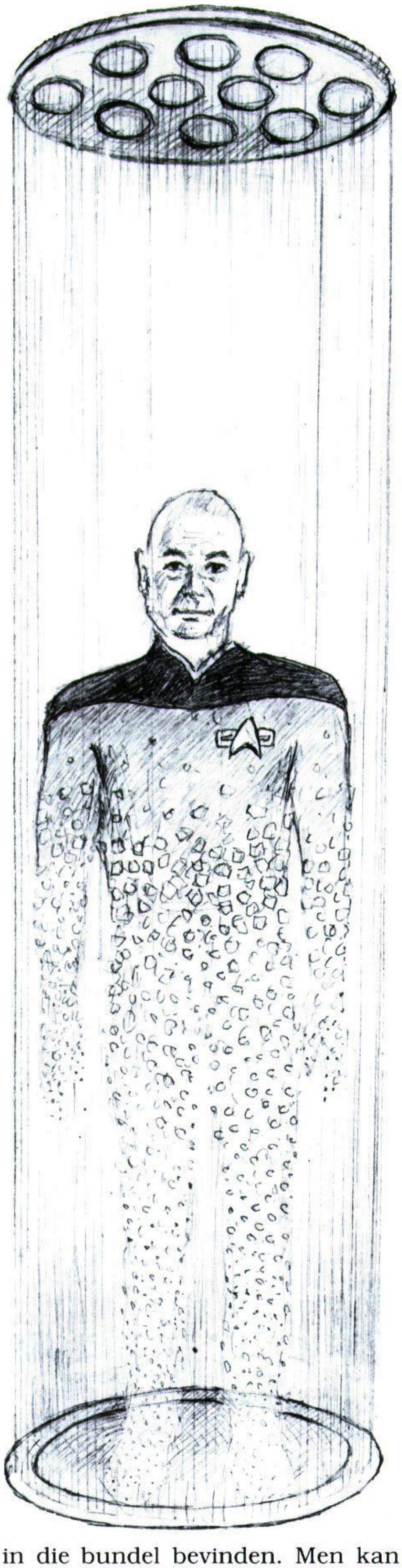
DE RELATIE TUSSEN GEEST EN MATERIE

Bij het onderzoek in ondergrondse gangen van een vreemde planeet vindt de bemanning op de scanners tekenen van biologische activiteit om hen heen en niet van gesteente. Uiteindelijk blijkt dat de bevolking van die planeet een ruimtewezen dat uit energie bestaat heeft gevangen en gedwongen om het aspect van materie aan te nemen. Daardoor verschijnt er een planeet met alles erop en eraan. Het ruimtewezen

wordt tenslotte bevrijd en neemt zijn energievorm weer aan, waarna hij zich heel gelukkig bij zijn partner voegt, met wie hij in de ruimte wegzweeft.
In dit verhaal wordt heel mooi uitgebeeld hoe energie en bewustzijn aan elkaar verbonden zijn en hoe energie en materie in elkaar overvloeien.
Overigens komen in andere afleveringen regelmatig levende wezens voor die alleen in een energievorm bestaan. Die worden dus niet rechtstreeks met de zintuigen waargenomen, maar wel op de apparatuur die bijvoorbeeld elektromagnetische velden meet. Deze wezens gaan dan ook dwars door de wanden van het ruimteschip heen en ontregelen daar de computerprogramma's.

DE RELATIE TUSSEN LICHAAM EN GEEST/REÏNCARNATIE

Het is in Star Trek gemakkelijk om je van de ene plek naar de andere te verplaatsen. Je wordt gewoon 'over gestraald' in een energiebundel, waarbij de atomen uit elkaar gaan en op de plaats van bestemming weer in de goede volgorde aan elkaar komen te zitten. Dat er bij dit proces wel eens iets fout gaat ligt voor de hand. Soms is de energiebundel te zwak om het geheel weer aan elkaar te krijgen, zodat de atomen maar gedeeltelijk in verband raken en men ergens in de ruimte blijft rondzweven. Soms wordt zo'n stakkerd per ongeluk 'opgehaald' wanneer iemand anders over gestraald wordt. Zo komen bijvoorbeeld ineens bemanningsleden van een verongelukte ruimteshuttle te voorschijn die jarenlang vermist zijn geweest. Tijdens het verblijf in de energiebundel kan men wel waarnemingen doen, met name zijn er visuele waarnemingen mogelijk van wezens die zich ook



in die bundel bevinden. Men kan ze ook aanraken.
Uit deze voorbeelden blijkt dat in Star Trek het bewustzijn wel verbonden is met het lichaam, maar ook zonder het lichaam functioneert. Je zou kunnen zeggen dat het proces van overstralen een uitbeelding van reïncarnatie is. De persoon die zich tijdelijk in de energiebundel bevindt is in een soort korte bardo. Het verschil is dat hij, als alles goed gaat, weer in hetzelfde lichaam terecht komt.

Toch wordt ook het idee uitgebeeld dat hetzelfde bewustzijn in verschillende levens verschillende lichamen heeft. Bepaalde personages kunnen bijvoorbeeld moeilijk afscheid nemen en zeggen: "Jij bent drie levens lang mijn vriend geweest." Het is echter niet duidelijk of alle wezens zo reïncarneren, of dat dit maar voor bepaalde buitenaardse wezens geldt. Sommige wezens denken bijvoorbeeld wel dat zij na hun dood in een shuttle naar een soort hemel gevlogen worden waar zij hun familie weer zullen zien, maar de bemanning van de Voyager heeft net ontdekt dat de overledenen van dat volk ergens in een energiecocon dood in een grot liggen. Dan dringt zich de vraag op: zijn ze echt dood en komen ze helemaal niet bij hun familieleden, of zie je alleen maar hun dode lichamen en is hun geest ergens anders?

VERSCHILLENDE BESTAANSWERELDEN

In de wereld van Star Trek zijn er wezens in verschillende bestaanswerelden. Behalve mensen en mensachtige 'aliens' zijn er allerlei dieren aanwezig. Het is duidelijk dat die zich allemaal in de Sfeer van Verlangen bevinden. Er zijn ook wezens die geen solide materiële vorm hebben maar een energievrom. Soms gaat die over in een solide vorm. Andere wezens

zijn van zichzelf vloeibaar en kunnen zich tijdelijk vaste materie verschijnen. Uit hun gedrag en intriges wordt echter maar al te duidelijk dat zij hun schadelijke mentale factoren nog lang niet kwijt zijn.

DE AARD VAN DE WERKELIJKHEID

Het moge inmiddels duidelijk geworden zijn dat in Star Trek niet de gedachte heerst dat verschijnselen concreet en inherent, uit zichzelf, bestaan. Lichamen lossen op, materie gaat over in energie en andersom. In een in dit verband wel heel boeiende aflevering is de vraag naar de 'werkelijkheid' het centrale thema. De uitbeelding van dit thema draait rond het zogenaamde 'holodek'. Dit is een zaaltje waarin men door middel van een uitgebreid computerprogramma een groot driedimensionaal hologram, een virtuele realiteit, kan oproepen. Zo vindt ieder bemanningslid ontspanning naar zijn of haar smaak.
Sommigen programmeren een prachtig landschap, anderen een kroeg in het Chicago van de jaren '20, een stadje in het Wilde Westen of een beroemde roman.
Iemand heeft in de betreffende aflevering een Sherlock Holmes verhaal geprogrammeerd, waarin de slechterik Dr. Moriarty optreedt, let wel: als driedimensionaal, sprekend en handelend virtueel personage. Op onbegrepen wijze krijgt dit hologram bewustzijn en wil uit het programma. Hij weet met duivelse slimheid kapitein Picard en enkele anderen in het hologram te vangen, zodat zij zelf niet meer weten wat hologram is en wat het 'echte' ruimteschip. Dr. Moriarty verlaat het holodek, maar komt hij in het 'echte' ruimteschip of in een uitbreiding van het hologram? Verwarring alom, maar Picard slaagt erin om Moriarty te laten denken dat hij in een shuttle het ruimteschip verlaat. In 'werkelijkheid' bevindt hij zich echter in een holografische shuttle, dus in een computerprogramma. Als Picard zijn bemanning teruggevonden heeft, houdt hij het schijfje van het hologram met het programma 'Moriarty' in zijn hand. Zelf net ontkomen aan de verwarring over wat nu echt en schijn is, zegt hij peinzend: "Misschien zitten wij zelf met ons ruimteschip ook wel in zo'n computerprogramma, dat bij iemand op tafel ligt."
Zou hij een Prasangika filosoof zijn?

CONCLUSIE

Uit het bovenstaande blijkt dat in Star Trek in elk geval niet de opvattingen van de hindoescholen worden uitgebeeld (nog afgezien van het feit dat het natuurlijk helemaal geen hindoeïstische serie is), want het zelf wordt niet voorgesteld als concreet, onveranderlijk (permanent) en deelloos.
De personages zijn zeker ook geen nihilisten, want ze denken niet dat er niets bestaat. Evenmin zijn ze eternalisten omdat ze niet vasthouden aan permanente entiteiten.

Het zou een aardige oefening zijn om na te gaan met welke boeddhistische filosofische school de gedachten wereld in deze serie het meeste verwantschap vertoont. Precies valt het niet te zeggen, want om te beginnen worden er geen boeddhistische leerstellingen verkondigd en bovendien gaat het om subtiele opvattingen die zich niet zo lenen voor een dramatische uitbeelding.
In het algemeen kun je zeggen dat de normen en waarden van de bemanningsleden en vooral de verschillende kapiteins (als ze boeddhist zouden zijn) naar het Mahayana neigen: het helpen van anderen, ook met gevaar voor het eigen belang of zelfs het eigen leven, staat hoog in het vaandel.
Je kunt ook zeggen dat de personages er niet aan twijfelen dat al die 'aliens' en planeten buiten hun eigen bewustzijn bestaan en niet alleen een projectie van hun eigen geest zijn. Ze verwerpen dus niet het bestaan van externe objecten. Chittamatrin-filosofen zijn ze dus niet.
Er is hier en daar twijfel of externe objecten wel werkelijk bestaan, dus ook het standpunt van de Vaibhasika's wordt niet uitgebeeld.

Met deze korte beschouwing hoop ik anderen aan te zetten om goed om zich heen te kijken in de hedendaagse media. Zeker als wij ooit de Dharma aan anderen zouden moeten uitleggen kan het nut hebben om voorbeelden te vinden die de mensen aanspreken. En hoewel Star Trek natuurlijk geen boeddhistische uitzending is, kun je er veel boeddhistisch in zien. Net als schoonheid is Dharma 'in the eye of the beholder'.

Voor het Maitreya Magazine geschreven door: Marijke Drost.

HET ONDERLING AFHANKELIJK ONTSTAAN VAN DE TRANSCRIPTEN

Ook een transcript lijkt inherent, op zichzelf, te bestaan. Met ander woorden: als je het transcript uitgereikt krijgt heb je geen idee hoeveel werk en welke handelingen er aan vooraf gegaan zijn om dit te produceren. Om hierover meer inzicht te verschaffen en daardoor het transcript beter op zijn waarde te kunnen schatten volgt hieronder een korte uitleg van het ontstaan ervan.

Op de eerste plaats zijn er natuurlijk de kostbare lessen van Geshela. Om deze op cassettetape op te kunnen nemen moeten er tapes aangeschaft worden (Koosje) die vervolgens in de meditatieruimte worden neergelegd (Marvin, Janny).

Tijdens de lessen bedient Marvin de opname apparatuur. Het is een hele kunst om de lessen goed op de tapes te krijgen zonder delen te missen bij het wisselen en zonder te veel tapes te gebruiken.

Al meteen tijdens het weekend worden de opgenomen tapes gekopieerd voor de transcribeerders (Janny). Daarvoor zijn al tapes klaargezet met de juiste labels in het kantoor (Etta).

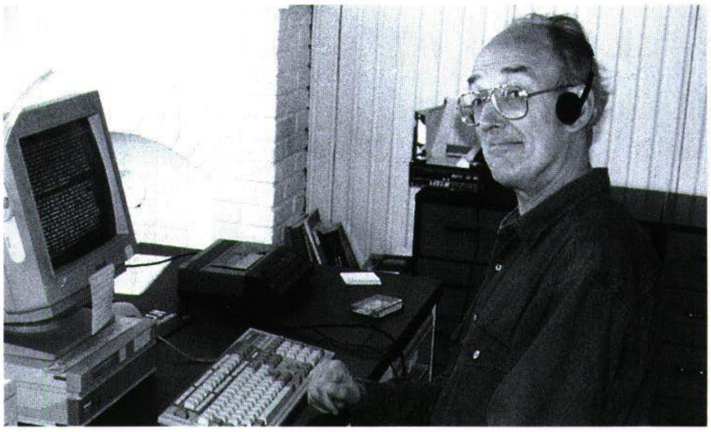
Tijdens de lessen worden de vragen die gesteld worden, en die als de vragensteller ver van de microfoons zit niet op de tape te verstaan zijn, genoteerd (Jacoba, Janny).

Voor elke transcribeerder wordt een enveloppe samengesteld (Janny) met de volgende inhoud: een gekopieerde tape, een diskette, een retourenveloppe en eventuele vragen die tijdens de les gesteld werden.

Er is een hele ploeg transcribeerders waarvan de samenstelling sterk wisselt. Op dit moment werken Amrit, Peter, Tineke, Annemarie, Fokje en Simon regelmatig mee. Zij transcriberen een halve tot twee tapes per weekend. Verder zijn er heel veel andere mensen die wel eens een of meerdere tapes hebben uitgetypt.

Iedere transcribeerder van dat specifieke weekend krijgt een enveloppe uitgereikt of toegestuurd (Janny). Een transcribeerder typt alle Nederlands gesproken tekst op een cassettetape uit en zet het in Word Perfect 5.1 op de diskette. De tijd die hiermee gemoeid is, is onder andere afhankelijk van de snelheid van typen. Het kan variëren tussen de vier en de acht uur per hele tape. Dit werk moet verricht worden in de eerste week na de lessen en moet zo snel mogelijk verstuurd worden naar de redigeerder.

De redigeerder oftewel degene die de hele tekst van een weekend doorloopt, onnodige herhalingen verwijdert en waar nodig verbeteringen aanbrengt tot goed lopende Nederlandse zinnen (Thijs, Amrit) kan pas aan de slag nadat de eerste diskettes binnen zijn. In principe heeft hij of zij voor dit werk de tweede week na het cursusweekend. Komen de diskettes echter later binnen dan stagneert het werk. De tijd



Jan Paul Kool

Eén van de zeer gewaardeerde transcribeerders

om het geheel te redigeren is ongeveer 25-35 uur.

Zodra de redigeerder alles heeft verbeterd, stuurt hij of zij een diskette met de hele tekst naar de vertaler Hans van den Bogaert. Hij gaat opnieuw door de hele tekst, controleert de taalkundige verbeteringen en checkt het geheel inhoudelijk. Dat kost hem ongeveer 10 uur. Hij is afhankelijk van het tijdstip waarop de redigeerder de diskette naar hem stuurt. Zodra Hans de tekst heeft goedgekeurd print hij hem uit en laat hem kopiëren bij 'Multicopy' te Zwolle. Hij haalt de gekopieerde transcripten op en neemt ze mee naar het volgende cursusweekend. Willen we de transcripten op vrijdag kunnen uitdelen, dan moet de tekst op woensdag in de kopieershop worden aangeleverd. Als er nergens vertraging of moeilijkheden zijn opgetreden lukt dat wat tijd betreft precies.

Tijdens het volgende cursusweekend worden de transcripten, om er zeker van te zijn dat alle aanwezige studieprogramma-studenten er een krijgen, in enveloppen met naamstickers gedaan (Etta, Lies) en vervolgens uitgereikt. Voor de thuisstudenten worden de transcripten ook in enveloppen met adresstickers gedaan (Etta) en via de post verstuurd.

In de administratie wordt verwerkt wie wel en wie niet een transcript heeft ontvangen (Thirza).

Dit is in het kort de weg van een transcript. Het is een breekbaar geheel waar snel obstakels en vertragingen in kunnen ontstaan. Maar het is altijd mooi om toch weer op tijd ieder een transcript aan te kunnen bieden zodat het vervolgens gelezen en bestudeerd kan worden.

Mensen die snel en accuraat kunnen typen en willen transcriberen zijn van harte welkom en kunnen met mij contact opnemen via het Maitreya Instituut. Het is op zich een mooie manier om thuis met de Dharma bezig te zijn zoals die wordt uitgelegd door Geshela en een hoop positieve energie te creëren.

Door: Janny de Boer.

VERSLAG VAN HET TWEEDE KINDERWEEKEND

Begin mei verzamelden zich op zaterdagmiddag vijftien kinderen tussen 4 en 8 jaar en ongeveer acht volwassenen in het Maitreya Instituut voor het tweede kinderweekend. Het weer was schitterend, zodat de speurtocht langs de belangrijke momenten in Siddharta's leven - geboren worden, de zwaan redden uit Devadatta's handen, de wedrennen om Prinses Yasodhara's hand, feesten in het paleis, de ontmoeting met ouderdom en dood, ascese en meditatie, verlichting - een groot succes werd. Vooral de confrontatie met een oude, vieze, zieke man, wiens bebloede voet gezwachteld moest worden, maakte diepe indruk.

Nog een traditie die in ere bleef, was het vuur. Dit keer kregen de kinderen ook allemaal een handjevol zwarte komijnzaadjes om erin te gooien als symbool voor alles waar ze hun geest van wilden bevrijden. Even leek dit tot een misverstand te leiden: “Mag ik spinnen in het vuur gooien? Daar ben ik zo bang voor.” Duidelijk uitleg van het principe van zuiveren is dus belangrijk...

Zondag begonnen we met ochtendgymnastiek in de hal - in pyjama. Na het ontbijt weer de meditatieruimte in voor het zingen van mantra's. Zulke jonge kinderen leren met verbazend gemak de mantra's, en zingen ze met plezier. Tot visualisatiemeditaties zijn ze nog niet echt in staat - dat stilzitten, hè. Eén jongen, die per ongeluk een stomp gekregen had van een ander kind, zei verontwaardigd: “Nou, bij hem werken de mantra's nog niet!”

Hoewel het weer iets minder schitterend was, zijn we lekker naar buiten geweest om dieren te voeren en spelletjes te doen. Daarna hebben we mooie dingen gemaakt in verband met de korte puja, die speciaal gepland stond voor die middag. Vooral het beplakken van de `voorspoed brengende symbolen' met gekleurd zand leverde prachtige resultaten op.

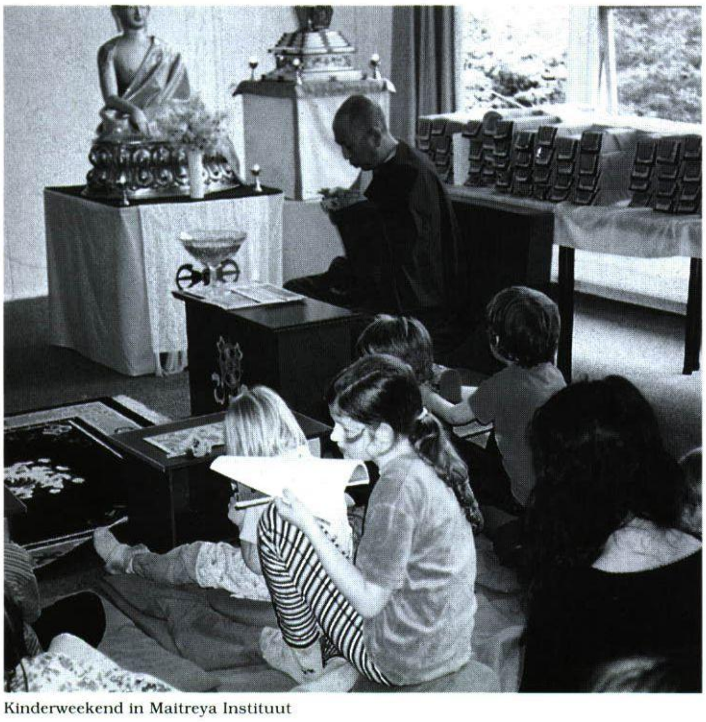
Daarna kwam de episode van Siddharta en de zwaan opnieuw tot leven in toneelstukjes door inmiddels onherkenbaar geschminkte en verklede kinderen (één groepje besloot de gewonde zwaan naar de dierenarts te brengen, een ander groepje schoot liever Superman uit de lucht dan een zwaan).

Na de lunch leidde Geshela een korte puja met Tara-gebeden en zegeningen over een grote schaal vol maden (`levend aas' in de dierenwinkel), die de kinderen vervolgens Om Mani Padme Hum zingend 7x om het Instituut heen droegen alvorens ze her en der in bos en beemd weer vrij te laten. De maden waren voor de volwassenen soms veel enger dan voor de kinderen...

Hiermee kwam een heerlijk weekend ten einde - zowel de kinderen als de volwassenen hebben ervan genoten. De kinderen vormden met elkaar een prima groep, met veel plezier. Iedereen die eraan heeft meegeholpen om er een succes van te maken: DANK!

In september (zie elders in dit magazine) vindt weer een kinderweekend plaats, dit maal voor kinderen tussen 8 en 12 jaar.

Door: Alix Royer.



Koosje van der Kolk

Kinderweekend in Maitreya Instituut

DALAI LAMA SPREEKT VOOR 50.000 MENSEN IN TAIWAN OVER LIEFDE EN LIJDEN (AFP)

KAOHSIUNG, Taiwan. Op 23 maart spoorde de Dalai Lama 50.000 mensen in een stadion aan om hun harten te vullen met liefde en tolerantie, gehechtheid aan materiële welstand op te geven en daarvoor in de plaats naar spirituele rijkdom te streven.

"Alle levende wezens proberen te ontsnappen aan lijden en zoeken het geluk. Zelfs het kleinste insect", vertelde hij de intens luisterende menigte. "We moeten ons eerst de oorzaken van het lijden en het geluk bewust worden, waar komt het vandaan?" voegde hij toe in het Tibetaans dat vertaald werd door een Chinese tolk.

Mensen uit alle hoeken van Taiwan hadden een vervelende regenachtige dag geriskeerd om het stadion te vullen in de zuidelijke stad Kaohsiung en om een uur en vijfenveertig minuten te luisteren naar een diep filosofische lezing van de boeddhistische leider. Ze hadden al verscheidene uren in rijen gestaan voordat de lezing begon, en sommigen zaten op de grond toen de druilerige regen begon. Buiten stond een enorm groot scherm dat de lezing van de Dalai Lama uitzond naar voorbijgangers.

Er was een strenge bewaking die iedere tas nakeek en iedereen moest door metaal-detectors. Iedereen werd ontdaan van camera's, videocamera's of cassettes. Zelfs piepers en mobiele telefoons moesten bij het hek worden achtergelaten. De Dalai Lama, gezeten op een enorm bloemenrijk podium, spoorde zijn volgelingen aan om zich te ontdoen van de kwel -ling van de zelfzuchtigheid. "Egoïsme en eigenbelang veroorzaken hebzucht en hebzucht veroorzaakt lijden voor anderen". Hij werd geflankeerd door monniken en nonnen die een hoge rang bekleden, en ook door een paar ambtenaren van de stad, waaronder de burgermeester Wu Den-yih en zijn waarnemer Lin Cheung-sen. De monniken en nonnen in hun gewaden en geschoren hoofden vulden de stoelen, sommigen maakten aantekeningen luisterend naar de woorden van de boeddhistische leider, zo'n 340 kilometer van Taipei. Ondanks de menigte, was er bijna een complete stilte wanneer men de woorden van de Dalai Lama indronk.

"Mensen moeten zichzelf zuiveren, hun materiele bezittingen en verlangens laten vallen en zichzelf bevrijden van alle kwaad om de echte aard van het lijden en het geluk te begrijpen", zei hij. "Wij zijn menselijke wezens, maar we bezitten allen het potentieel van een boeddha. Dus als we toegewijd studeren zullen we op een dag zelf boeddha worden."

Tseng Yueh-feng, een huisvrouw die de boeddhistische leerstellingen gedurende zes jaar heeft bestudeerd, zei dat ze overweldigd was door de lezing. "Ik ben zo blij dat ik de kans kreeg om de Dalai Lama te zien, het is een kans van een in duizend jaar. Hij heeft de leerstellingen toegankelijker en gemakkelijk begrijpbaar gemaakt."

De burgermeester van Kaohsiung zei aan het begin van de bijeenkomst dat de stad vereerd was met het bezoek van de Dalai Lama en voegde eraan toe dat dit de grootste boeddhistische bijeenkomst was die daar ooit was gehouden. "Ik geloof dat de eerbiedwaardige Dalai Lama ons zal leiden door zijn lezing over zorgzaamheid en goedheid en ons zal helpen ons lijden te verzachten," aldus burgermeester Wu. Ook waren aanwezig de districtsmagistraat Yu Cheng-hsien en zijn afgevaardigde, en de voorzitter van de zittende Kuomintang partij in Kaohsiun, Wang Li-hsiang. De hoogwaardigheidsbekleders werden allen geïntroduceerd en met applaus ontvangen.

Toen de Dalai Lama aan de tweede dag van zijn historische zesdaagse bezoek aan Taiwan begonnen, liet Beijing hevige reacties horen. Maar hij maakte pijn en stress het religieuze kenmerk van deze reis en bracht de zondagochtend door met het bezoeken van twee tempels in Zuid-Taiwan, waar hij duizenden volgelingen in plechtig gebed achterliet.

Wang Yung-Nan, een professor aan de Pingtung Polytechnic, had bijna vijf uur lang in de rij gestaan om zeker te zijn van een zitplaats. "Het lot heeft voor mij de ontmoeting met deze grote persoonlijkheid gearrangeerd, ik wilde deze kans niet missen", zei hij.

Op een gegeven moment bood de Dalai Lama aan zijn lezing te bekorten vanwege de regen, maar de menigte applaudiseerde ten teken van appreciatie en spoorde hem juist aan door te gaan. Buiten stond een handvol leden van de Radicale Taiwanese Onafhankelijkheidspartij, die een bijeenkomst hielden voor de onafhankelijkheid van Taiwan en Tibet. Ze werden tegengehouden en kwamen niet binnen.

De Dalai Lama zou nog twee andere toespraken houden in de omgeving van Taipei. Later op de zondag ontving hij een eredoctoraat van de Universiteit van Chungshan, waarna hij naar Taipei vloog.

Vertaald door Frederique.

TIBETAANS VOLKSLIED

Op 6 juli a.s. viert de Tibetaanse gemeenschap de 62 ste verjaardag van Z.H. de Dalai Lama, die nog altijd in ballingschap leeft en verdraagzaam volhardt in zijn beoefening van geweldloosheid. Als een uitdrukking van onze warme sympathie en steun in deze ook voor hem rumoerige tijden, drukken wij hier de vertaling van het Tibetaanse volkslied af, dat hopelijk spoedig opnieuw zal weerklinken voor een verenigd Tibetaans volk, tussen de besneeuwde bergen van zijn land.

SI.ZHI PEN.DE DÖ.GÖ DJUNG.WÄI.TER
Mag de bron van elk gewenst en noodzakelijk werelds welzijn en spiritueel geluk,

THUB.TEN SAM.PEL NOR.BU Ö.NANG BAR
het wens-vervullende juweel van de Leer van de Boeddha, oplaaien met stralend licht,

TEN.DRO NOR.DZIN GYA.CHE KYONG.WÄ.GÖN
en mag de beschermende Patroon van de Leer en van alle transmigrerende wezens,

TIN.LÄ KYI RÖL.TSHO.GYE
zijn verlichte activiteiten uitbreiden als een oceaan,

DOR.DJE KHAM.SUM TEN.PÄ
en standvastig als een vadjra in alle drie bestaanssferen

CHOG.KUN DJAM.TSE KYONG
met liefde en mededogen in alle richtingen bescherming bieden.

NAM.KHAI GA.WA GYA.DEN U.PANG GUNG.LA REG
Mag de door de hemel benoemde regering van de Tibetaanse natie tot grote hoogten oprijzen,

PHUN.TSOG DE.ZHI NGA.THANG GYE
mag opnieuw een gouden tijdperk van vreugde en geluk in de drie regio's van Tibet verspreiden

CHÖ.SI KYI PÄL.YÖN TAR
en mogen wereldse glorie en spirituele kwaliteiten opleven,

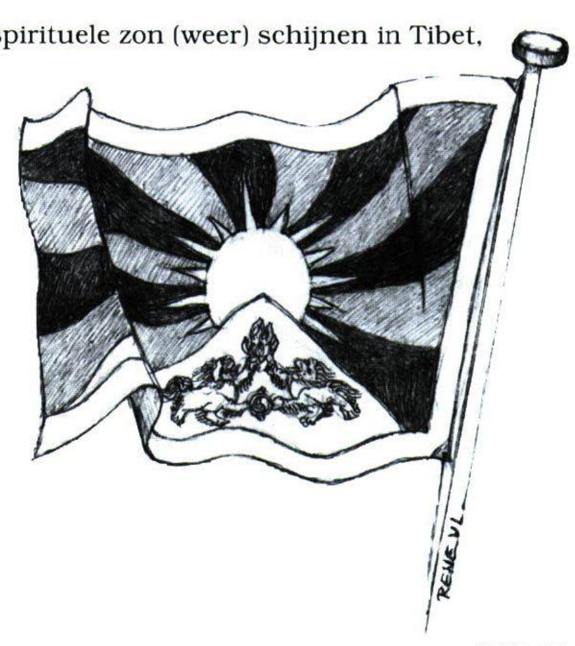
THUB.TEN CHOG.CHU GYE.PÄ DZAM.LING YANG.DU KYE.GU ZHI.DE PEL.LA DJOR
mag de Leer van de Boeddha in alle tien richtingen verspreiden, zodat voor alle volkeren van de aarde een wereld van geluk en vrede ontstaat.

DO.DJONG TEN.DRO GE.TSEN NYI.Ö.KYI
Mag door het vertrouwen van het volk en de leer, het licht van de spirituele zon (weer) schijnen in Tibet,

TASHI Ö.NANG BUM.DU TRO.WÄI.ZI
en als honderdduizenden lichtstralen met heilzame voortekenen

NAG.CHOG MUN.PA YÜL.LÄ GYE.GYUR.CHIG.
de zwarte duistenis uit het land verdrijven.

Vertaling: Hans van den Bogaert.



VERSCHIJNSELEN VANUIT DE LEEGTE "ALLEEN MET ANDEREN"

In het voorjaar zijn er twee nieuwe cursussen van Geshe Sonam Gyaltsen begonnen, een voor gevorderden (Abhisamayalankara) en een voor beginners en minder gevorderden (Brief aan een Vriend). We kunnen ons opnieuw verheugen in voldoende belangstelling voor deze lezingen, maar helaas moeten we constateren dat relatief veel studenten - vooral in vergelijk met de hoeveelheid nieuwe studenten aan het begin van het seizoen'96/'97 - er voor kiezen 'thuis-student' te worden. Natuurlijk is dat ieders goed recht, en beter thuis studeren dan helemaal niet, maar toch hopen we dat deze studenten ons instituut wel regelmatig blijven bezoeken. Dit schrijf ik niet alleen omdat wij de 'gompa' graag goed gevuld zien, maar ook uit de persoonlijke ervaring dat het lezen van transcripten en boeken niet te vergelijken is met het volgen van 'life' lessen van een leraar. De mondelinge overdracht en uitleg is onontbeerlijk om vooruitgang te boeken op het pad. Ook heb ik altijd veel kracht en inspiratie geput uit de ervaring om deze overdracht samen met anderen te krijgen. De Dharma komt pas tot leven in combinatie met de sangha.

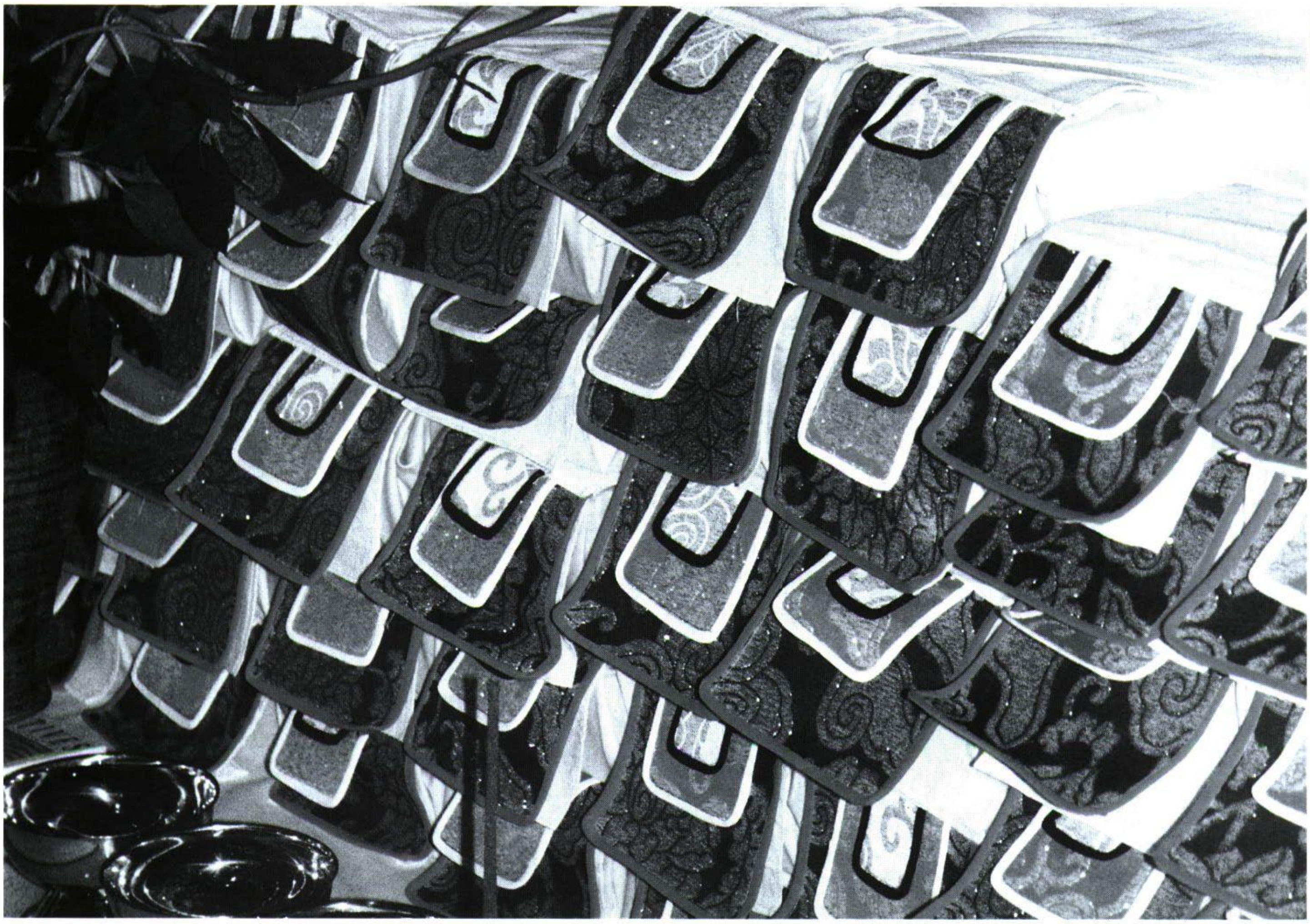
Deze waarheid drong weer goed tot mij door toen ik het geluk had aanwezig te zijn bij de lessen van Z.H. de Dalai Lama in de Savoie, Frankrijk, eind april. De krachtige, zuivere en warme persoonlijkheid van Zijne Heiligheid zegt eigenlijk veel meer dan wat woorden kunnen zeggen. De letterlijke inhoud van zijn lessen kwamen nagenoeg overeen met eerdere lessen die bijvoorbeeld zijn opgetekend in het boek 'De Wereld van het Tibetaans Boeddhisme' dat ik onlangs had gelezen, maar toch klonk elk woord als nieuw in mijn oren. De Dharma krijgt in zijn aanwezigheid een kwaliteit die niet op andere wijze te verkrijgen lijkt te zijn.

Andy Weber

Boeddha Sakyamoenie

Paradoxaal genoeg wijst Zijne Heiligheid, evenals andere spirituele meesters, voortdurend op het feit dat juist de eigen beoefening de kern van het boeddhisme is. Dit sprak onder andere uit zijn slotwoorden, die hij direct in het engels uitsprak: "It doesn't matter whether we meet again or not; the most important thing is that you lead a constructive and compassionate life, and not a destructive life". Maar nog meer tekenend vind ik zijn houding ten aanzien van de vele duizenden mensen die hem gedurende de vier dagen van lessen in Frankrijk aanbaden en continu in de gaten hielden, in de hoop een blik van hem in hun richting te ontvangen. Het lijkt hem niet uit te maken of hij nu tegen één persoon praat of tegen vijfduizend. Alle aandacht en uitingen van devotie doen hem niets. Hij blijft, zoals hij dat zelf omschrijft, een "eenvoudige boeddhistische monnik", die het liefst zijn eigen beoefening zo goed mogelijk doet. Omdat hij dat zo nadrukkelijk uitstraalt, werd ik voortdurend gedwongen terug te keren naar mijn eigen beoefening. Het gaat er niet om of ik een glimlach van Zijne Heiligheid opvang, maar wel of ik kan glimlachen tegen (en om) mij zelf. "Teneinde anderen lief te hebben, dien je eerst je zelf lief te hebben", zo luidt een andere uitspraak van hem tijdens de lessen.

Hoe verhoudt zich deze nadruk op de eigen beoefening met de noodzaak om bij te dragen aan het Dharma-centrum? Hierover kwam ik onlangs een veelzeggend citaat van Lama Zopa Rinpochee tegen: "First care for sentient beings, then for the center". Dat is een hele mooie. Natuurlijk is aandacht voor het centrum indirect aandacht voor de hele mensheid, althans als wij (het centrum) er in slagen de aandacht en verdiensten van de studenten en vrijwilligers optimaal te gebruiken, dat wil zeggen ten behoeve van de overdracht van het juiste begrip en beoefening van de Dharma. Maar het citaat van Lama Zopa wijst ons erop dat het centrum niet in plaats mag komen van liefde voor de medemens. Anders gezegd, wie zich inzet voor het geluk van levende wezens, draagt ook bij aan het centrum.


Jan Paul Kool

De volledige Kagyur en Tengyur, d.i. de woorden van de Boeddha en de commentaren daarop, in Maitreya Instituut.

Het mooiste citaat in mijn ogen komt van de Engelse Dzogchen meester, Nagpa Chogyam, die zijn centrum in Wales niet "centrum" noemt maar "periferie" (de Tibetan Tantric Periphery in Cardiff), of te wel randgebied. In zijn boek "Journey into vastness" legt hij uit waarom hij deze naam heeft gekozen: "Als mensen in aanraking komen met een Dharma-centrum, ontstaat er de neiging te denken dat er "daar" iets gebeurt, alsof het centrum een kwaliteit zou hebben die zij zelf niet zouden bezitten. Het gevaar is dat zij dan hun beoefening thuis, in het dagelijks leven, als een aftreksel van de beoefening zoals onderwezen in het centrum gaan beschouwen. De naam periferie wijst mensen erop dat de kern van de beoefening bij de mensen zelf ligt. Men kan af en toe naar de periferie gaan om bij te komen, om aan kracht te winnen, maar de echte beoefening vindt men daar niet, die ligt in de geest van elk individu."

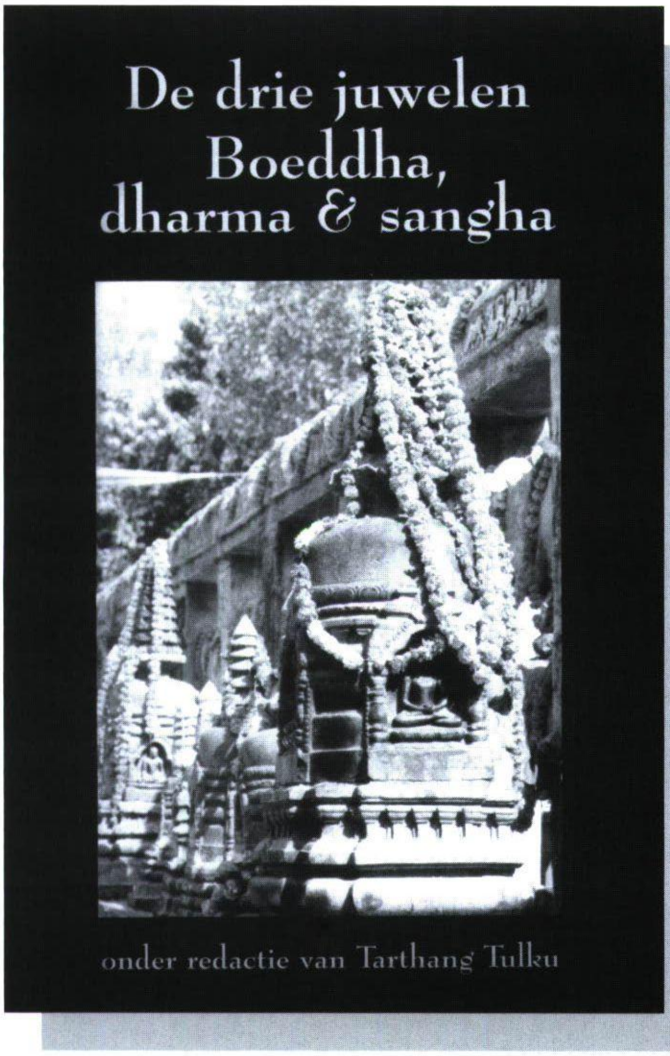
Het blijft een paradox in het boeddhisme dat wij elkaar nodig hebben om onszelf te verbeteren. We zijn "alleen met anderen", zoals de titel luidt van het recentelijk in het Nederlands verschenen boek van de westerse boeddhist Stephen Batchelor. We zullen dus voortdurend moeten balanceren tussen het ervaren van onze eigen eenzaamheid en het ervaren van de eenzaamheid van anderen. Het Maitreya Instituut kan hopelijk helpen bij het vinden van deze balans. Dit streven naar balans tussen zelf en anderen blijkt uit ons programma van dit najaar. Natuurlijk is er eerst de jaarlijkse intensieve Lam Rim zomer-cursus, waar mensen met elkaar tot individuele verdieping kunnen komen. Vervolgens bieden wij in het najaar gedurende vijf weekenden een programma getiteld "Inleiding tot boeddhistische meditatie", gegeven door een paar vooraanstaande westerse leraren en onze eigen Geshe Sonam Gyaltsen. Centraal in dit programma staat meditatie-beoefening, maar ook een inleiding tot hoe wij drukke westerlingen zelfstandig en op ons zelf onze geest kunnen ontwikkelen en tevens volop in het leven kunnen staan. Hoe wij alleen kunnen zijn met en voor anderen. Dit moet ook thuis-studenten aanspreken.

Door: Sander Tideman, voorzitter.

BOEKRECENSIE

DE DRIE JUWELEN BOEDDHA, DHARMA EN SANGHA, ONDER REDACTIE VAN TARTHANG TULKU.

Na de vlucht, in 1959, van H.H. de Dalai Lama uit Tibet en de vernietiging van bijna alle kloosters en bijbehorende kostbare bibliotheken, dreigde een schat aan boeddhistische teksten voor deze wereld verloren te gaan. Het feit dat dit niet gebeurde is aan velen te danken o.a. aan de inspanningen van Tarthang Tulku, een Tibetaanse Nyingma lama die ook in 1959 naar India vluchtte. Na 9 jaar in India arriveerde hij, met bijna geen cent op zak in de Verenigde staten.
Geholpen door donaties , een kleine groep leerlingen en een oude drukpers begon hij deze oude teksten te herdrukken, voor zover deze in het westen voorhanden waren. Inmiddels is dit uitgegroeid tot een ambitieus project en werden in 25 jaar tijd alle teksten uit de boeddhistische canon herdrukt in westers boekformaat.



Tarthang Tulku is, naast het uitgeven van Dharma boeken, actief op verschillende gebieden. Organisatie van een jaarlijks festival in Bodh Gaya, waar gebeden wordt voor wereldvrede, het stichten van het Nyingma Institute te Berkeley en het bouwen van een groot klooster, ten noorden van deze stad, en het bouwen een indrukwekkende grote stoepa.

Naast al deze activiteiten werd er ook gewerkt aan een serie boeken die als een introductie dienen voor de Dharma in het westen. Het boek "De drie juwelen Boeddha, Dharma en Sangha" is een van de boeken in deze reeks.

Het boek valt in twee delen uiteen. Het eerste deel bevat kort samengevat de essentie van de boeddhistische leer. Het tweede deel geeft een historisch overzicht van de manier waarop deze leer zich gedurende de diverse tijdsperioden en culturen heeft gemanifesteerd.

Het eerste deel begint met een levensbeschrijving van de Boeddha. Vervolgens wordt de Dharma behandeld aan de hand van de vijf paden, de drie voertuigen en de vier filosofische scholen. Er wordt ingegaan op de indeling van het onderricht in 12 vormen (soetra, gatha, jataka, etc.), waarna een voor een de grote teksten van de Tripitaka kort worden behandeld, d.w.z. aangegeven wordt o.a. het onderwerp de schrijvers, indelingen en relatie tot ander teksten. Dat de Dharma voorlopig niet van deze aarde verdwijnt, zelfs nu de Chinezen in Tibet huishouden, wordt aangegeven in dit hoofdstuk , dat eindigt met: "De vajrayana-traditie stelt dat de Dharma zal blijven bestaan zolang er levende wezens bestaan die bewustzijn bezitten, omdat bewustzijn het onuitputtelijke vermogen bezit om de waarheid te bevatten."

Het eerste deel wordt afgesloten met een hoofdstuk over de Spirituele gemeenschap, de Sangha. Behandeld wordt de opkomst en ondergang van de Sangha in India.

Het tweede deel bevat een historisch overzicht van de Dharma-overdracht in Azie. Het verhaalt de over de verschillende perioden van bloei in India, de verschillende lijnen van overdracht, De verspreiding in Sri Lanka, Zuidoost Azie en het Verre Oosten en over de belangrijkste Tibetaanse Scholen van de eerste en latere perioden.

De achterkant van het boek vermeld: "Een belangrijk boek voor iedereen die meer wil weten over boeddhisme." Dit is geen understatement. Het boek, en met name het tweede deel bevat enorm veel informatie. In hoog tempo worden feiten, de titels van

teksten, namen van leraren, plaatsnamen etc. op de lezer afgevuurd. Daarbij worden alle Tibetaanse namen netjes getranscribeerd (bv. bKa-brgyud, i.p.v. Kargyu), waardoor na een paar pagina's lezen je ogen pijn gaan doen. Maar dit doet natuurlijk aan de schat van informatie niet af. Bijkomend voordeel is dat men gemakkelijk het originele Tibetaans kan terugvinden.

Alhoewel er in de inleiding staat dat het boek is: "..bedoeld als introductie voor hen die geinteresseerd zijn in de Dharma...", lijkt het mij minder geschikt om cadeau te doen aan iemand die nog geheel onbekend is met het boeddhisme. Enige bekendheid met Boeddhisme en met name het Tibetaanse boeddhisme lijkt mij, met name wat betreft het tweede hoofdstuk, wenselijk.

Dit neemt niet weg dat het een goed naslagwerk is, mede omdat het voorzien is van een uitgebreide index en alhoewel het accent op de Nyingma school ligt komen ook andere scholen ruim aan bod.

Het boek is een vertaling uit het Engels. Vaak hebben Nederlandstalige boeken over boeddhisme een hoog gehalte aan "NewAge-terminologie", waardoor het vaak geheel onduidelijk is waarover het gaat. Dit boek is echter een zeer goede vertaling en, alhoewel sommige termen anders vertaald worden dan men misschien gewend is, is de tekst heel herkenbaar en het taal gebruik helder.

In het boek zijn 5 mooie kleuren platen van thangka's opgenomen, het bevat 259 pagina's en is uitgegeven bij Uitgeverij Dharma te Amsterdam.

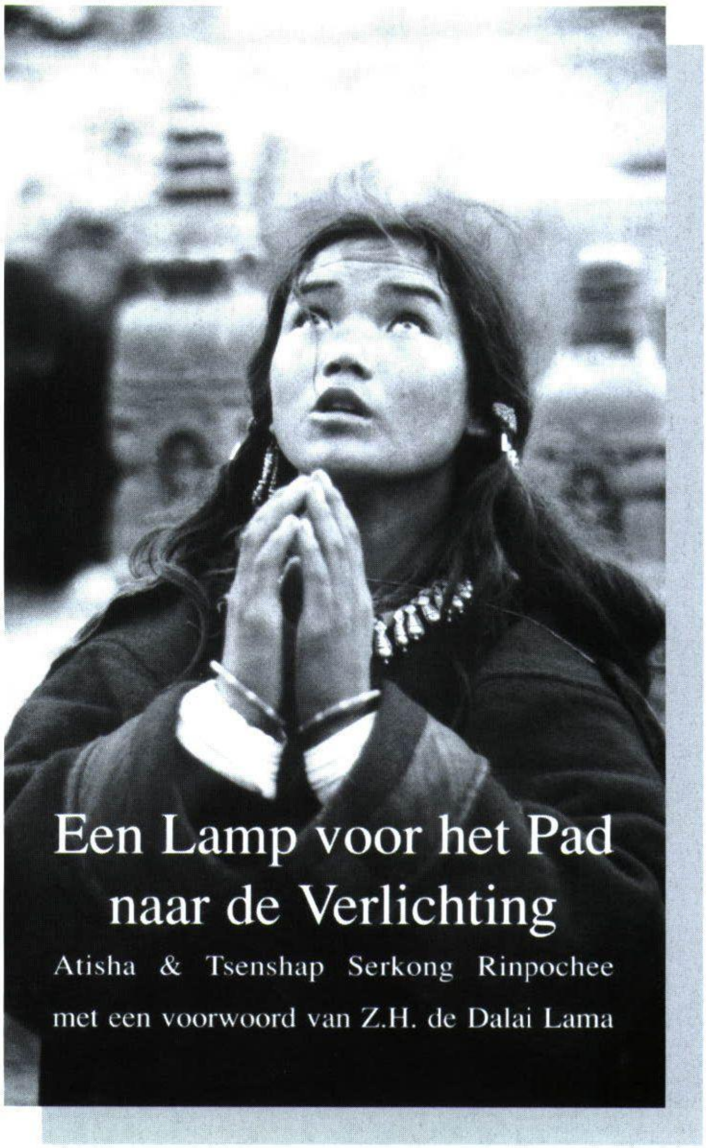
Door: Sjon van der Tol.

ZOJUIST VERSCHENEN:

EEN LAMP VOOR HET PAD NAAR DE VERLICHTING
door: Atisha en Tsenshap Serkong Rinpochee
met tekeningen van Andy Weber
en een voorwoord van Z.H. de Dalai Lama

Deze tekst is de voorganger van alle literatuur over 'De Stadia van het Pad' (Lam Rim) die in alle Tibetaans boeddhistische tradities werden geschreven als handleiding voor de spirituele weg, die ons voor het welzijn van anderen naar de hoogste staat van perfectie voert.

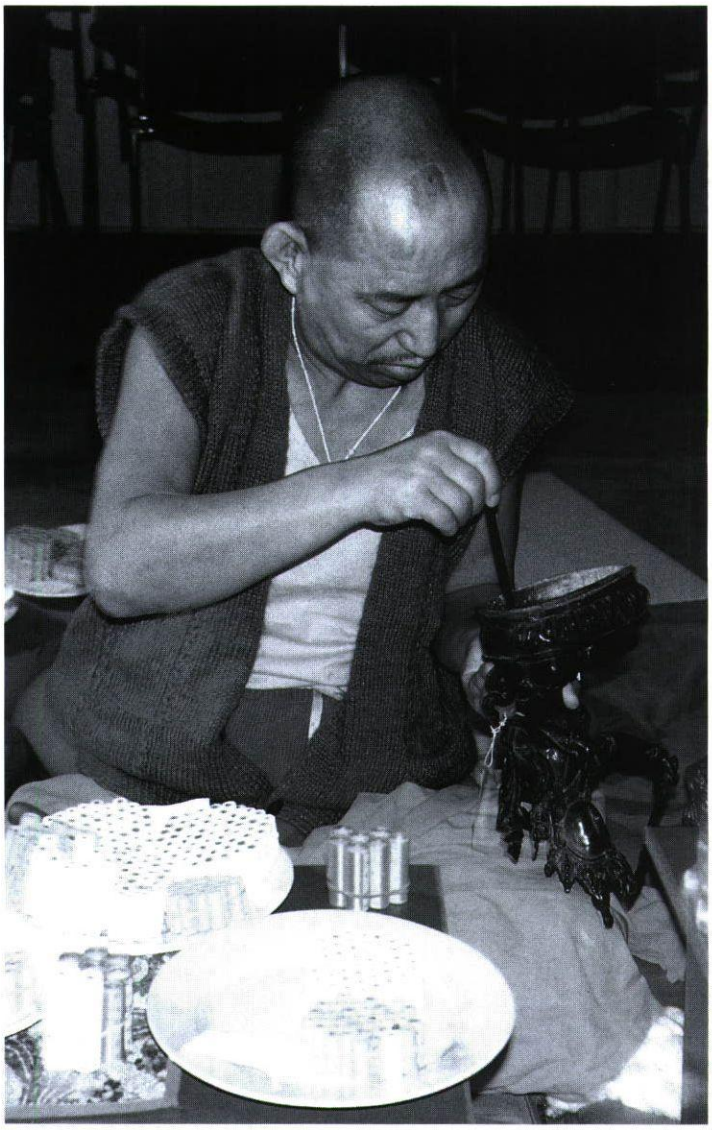
Uitgeverij Maitreya
*f*29,50
176 pagina's



HET VULLEN EN ZEGENEN VAN BEELDEN

In het dubbelnummer 2&3 van 1996 van het Maitreya Magazine kunt u lezen over het hoe en het waarom van het Tibetaans boeddhistische gebruik om boeddhabeelden te vullen met rolletjes op papier gedrukte mantra's en relikwieën van overleden meesters (zie blz. 26/27).
Tijdens de cursus over 'Een Brief aan een Vriend' zei de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen hierover:

> "Jullie hebben misschien al eens ontdekt dat boeddhabeelden in de Tibetaans boeddhistische traditie niet zomaar worden neergezet. Er komt een uitgebreid ritueel aan te pas om die boeddhabeelden nog levendiger en nog passender objecten voor Dharma beoefening te maken. Zo worden ze niet alleen beschilderd en worden de ogen geopend, zoals dat letterlijk heet, maar ze worden ook gevuld met essentiële teksten en met mantra's. Vaak ook met relikwieën van overleden meesters en dergelijke. Er wordt alles aan gedaan om ze leven in te blazen. Dit hele proces van leven inblazen culmineert in het ritueel waarmee de feitelijke verlichte wezens worden uitgenodigd om in het beeld aanwezig te zijn. Niet dat ze dan ergens anders niet meer zijn of in het beeld gaan wonen, maar ze zullen het beeld als bron van inspiratie of als lens gebruiken. Als zendmast, als je wilt, om golven van inspiratie over de wereld uit te strooien."

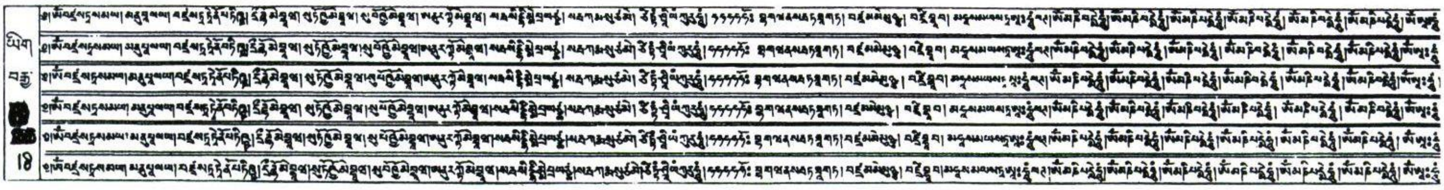


Jan Paul Kool

In de laatste maanden heeft een team studenten hard gewerkt aan het maken van mantra rollen. Wij hebben Geshela verzocht om nog eens wat beelden te vullen en zegenen. Dit zal plaats vinden in Maitreya Instituut in de laatste week van juli, na de Lam Rim Zomer Meditatie Cursus. Als u ook een boeddhabeeld of stoepa heeft, die u graag gevuld en/of gezegend wilt hebben, kunt u die naar het Maitreya Instituut brengen voor 18 juli 1997. U kunt uw beeld natuurlijk ook afgeven als u naar het jaarfeest van Geshela komt op vrijdag 18 juli.

Er wordt een donatie gevraagd (naar gelang de grote van het beeld) om de kosten van de nodige materialen te dekken.

Thirza Happé, assistent director.



OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN EN DE BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN

JULI t/m SEPTEMBER 1997

OVERZICHT VAN DE GEBEDSDIENSTEN

Juli

vr. 4 (30) Offerande aan de Medicijn Boeddha
zo. 6 Verjaardag van Z.H. de Dalai Lama
zo. 13 (8) Wassende maan Tara Offerande
di. 15 (10) Offerande aan de Spirituele Meesters
zo. 20 (15) Volle maan Tara Offerande
Acht Mahayana Voorschriften
di. 29 (25) Offerande aan de Spirituele Meesters

Augustus

zo. 3 (30) Offerande aan de Medicijn Boeddha
ma. 11 (8) Wassende maan Tara Offerande
wo. 13 (10) Offerande aan de Spirituele Meesters
ma. 18 (15) Volle maan Tara Offerande
Acht Mahayana Voorschriften
wo. 27 (25) Offerande aan de Spirituele Meesters

September

ma. 1 (30) Offerande aan de Medicijn Boeddha
wo. 10 (8) Wassende maan Tara Offerande
vr. 12 (10) Offerande aan de Spirituele Meesters
di. 16 (15) Volle maan Tara Offerande
Acht Mahayana Voorschriften
vr. 26 (25) Offerande aan de Spirituele Meesters

Oktober

wo. 1 (30) Offerande aan de Medicijn Boeddha
do. 9 (8) Wassende maan Tara Offerande
vr. 11 (10) Offerande aan de Spirituele Meesters
do. 16 (15) Volle maan Tara Offerande
Acht Mahayana Voorschriften
za. 25 (25) Offerande aan de Spirituele Meesters
vr. 31 (30) Offerande aan de Medicijn Boeddha.

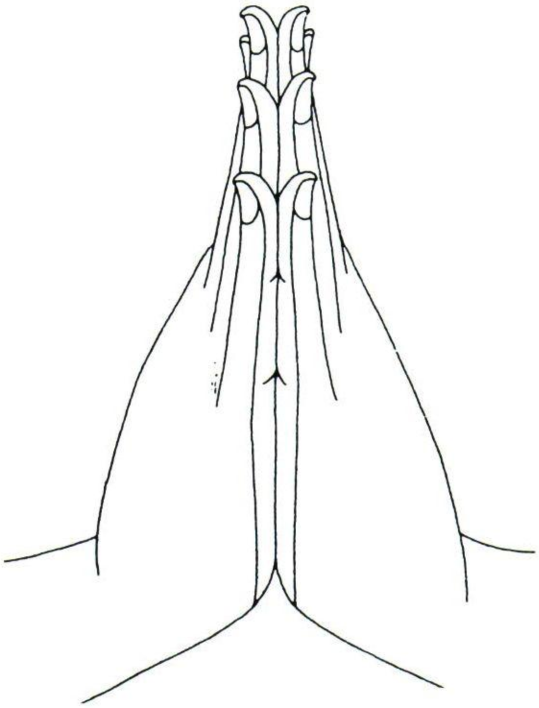
Als u de nacht na afloop van een gebedsdienst of de nacht voorafgaande aan de dag van het nemen van de Acht Mahayana Voorschriften in het Maitreya Instituut wilt overnachten, hoeft u alleen de kosten van evt. maaltijden en 's winters een bijdrage aan de stookkosten te betalen. Wel dient u steeds contact op te nemen i.v.m. de wisselende aanvangstijden van de gebedsdiensten en van de Acht Mahayana Voorschriften.

BIJZONDERE FEEST- EN GEBEDSDAGEN 1997

Zo. 6 juli: Geboortedag van Z.H. de Dalai Lama.

Do. 7 augustus: Herdenking van het eerste onderricht door de Boeddha in het Hertenpark te Sarnath.

NB: IN DE MAAND AUGUSTUS ONTVANGT HET MAITREYA INSTITUUT GEEN BEZOEKERS.



CURSUSINFORMATIE

Per auto bereikt u ons centrum, gelegen aan de Heemhoeveweg 2 (of Laarstraat 27) te Emst:
Vanuit Amersfoort de A 28 richting Zwolle. Afslag Epe/Nunspeet richting Epe. Doorrijden tot aan stoplichten. Bij de stoplichten rechtsaf richting Emst. Na een paar honderd meter weer rechtsaf, net voor het Chinese restaurant 'De Lange Muur' de Laarstraat in. Na ongeveer één kilometer schuin linksaf de zandweg in. Dit is de Heemhoeveweg. Inrit en parkeerplaatsen rechts. Doorgaande paden vrijhouden is brandweervoorschrift.
Vanaf de A 50 afslag Epe/Nunspeet. Bij de stoplichten linksaf richting Emst. etc.

Per bus nr. 90 vanaf NS station Apeldoorn of Zwolle is het Maitreya Instituut te bereiken als u uitstapt bij de halte Laarstraat, tussen de dorpen Emst en Epe. Daar is een Chinees restaurant 'De Lange Muur', waar u bij slecht weer kunt schuilen en iets kunt drinken. Bij alle cursussen die om 20.00 uur beginnen halen we de cursisten af tussen 19.00 en 19.30 uur bij dit restaurant. U kunt ook lopend het centrum bereiken door de Laarstraat in te gaan tot na ongeveer één kilometer schuin links een zandweg begint. Dit is de Heemhoeveweg. Voorbij het weiland ligt nu aan uw rechterhand het Maitreya Instituut.

Elke cursist wordt verzocht pantoffels of slippers mee te nemen en zich na aankomst te melden bij de receptie. Twee lakens en een sloop zijn te huur voor F 5,- per keer. U kunt ze natuurlijk ook zelf meenemen. Cursusgelden dienen uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus te zijn betaald. Het is belangrijk u zo vroeg mogelijk aan te melden. De cursussen worden tegen kostprijs aangeboden. U dient wel lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Indien uw financiële situatie dit noodzakelijk maakt, kunt u vooraf verzoeken om korting.

VOORWAARDEN VOOR DEELNAME
Deelnemers aan cursussen dienen lid/abonnee van het Maitreya Magazine te zijn of te worden. Iedereen dient zich op het cursusterrein te houden aan 5 voorschriften. Deze zijn: 1. niet doden, 2. niet nemen wat niet is gegeven, 3. geen seks, 4. niet liegen, 5. geen alcoholische of anderszins bedwelmende middelen gebruiken. De vegetarische maaltijden worden verzorgd door professionele koks.

AANMELDING EN BETALING CONTRIBUTIE
Aanmelding voor een cursus kan telefonisch van 9.00-16.00 uur, elke dag behalve op zaterdag.
Uw reservering wordt definitief na ontvangst van het cursusgeld dat uiterlijk 14 dagen voor aanvang van een cursus dient te worden voldaan op Postbankrekening 6901668 of I.N.G. Bank Epe op rekening 65.70.24.481 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst met vermelding van de **cursusdatum.**
Alle bezoekers en cursisten dienen zich na aankomst te melden bij de receptie in de winkel. De winkel is gespecialiseerd in alles wat een beoefenaar van het Tibetaanse boeddhisme nodig zou kunnen hebben. Er is een keur aan honderden boeken, kaarten, posters, wierook, beelden, offerbakjes, boterlampen enzovoort. De winkel is open tijdens cursussen en na telefonische afspraak.

RETRAITES
Boeddhistische retraites, zowel voor groepen als individueel, kunnen in het centrum plaatsvinden onder deskundige leiding. Individuele retraite of verblijf in het centrum buiten de aangekondigde programma's is alleen mogelijk indien er een band bestaat met het centrum door deelname aan diverse cursussen, of door voldoende kennis te hebben opgedaan van de boeddhistische leer in andere centra.

GEBEDSDIENSTEN
Gebedsdiensten of 'poedja's' worden gehouden op speciale dagen. Zo wordt tweemaal per maand de 'Offerande aan de spirituele meesters', ook wel 'goeroe poedja' genoemd, gedaan. Een lijst met belangrijke poedja's zal steeds in het magazine worden gepubliceerd. Informatie over het aanvragen en sponsoren van poedja's voor zieken, stervenden of speciale gebeurtenissen zoals examens en reizen vindt u in Maitreya Magazine nr. 3 jaargang 11.

VERHUUR CURSUSRUIMTE
Het cursusgebouw is te huur voor groepen van minimaal 25 personen. Vraag naar onze folder.

PROGRAMMA 1997

PRAKTISCH BOEDDHISTISCH ONDERRICHT

Speciaal voor degenen die niet als kloosterling buiten de maatschappij, maar als leek juist middenin de maatschappij leven, onderwijst onze vaste leraar de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen vanaf februari 1997 **in zes weekenden** zeer nuttige instructies voor de praktijk van het boeddhisme. Geshela gebruikt als basis voor zijn presentatie een tekst van de hand van de grote Indiase yogi en wijsgeer Arya Nagarjuna: 'Een Brief Aan Een Vriend' (Sanskriet: Suhrllekha), waarin deze de Indiase Koning Gautamiputra diverse adviezen aanreikt.
U zult merken dat deze adviezen, zeker in combinatie met de interpretatie daarvan door onze eerwaarde leraar, direct helder en praktisch bruikbaar zijn. Deze cursus verschaft een degelijk inzicht in de theorie en praktijk van het Tibetaans boeddhisme. De cursus is zeer geschikt voor mensen die nog weinig kennis van het boeddhisme hebben, maar ook voor hen die een praktische aanvulling wensen bij de theorie die al verzameld was.

U kunt zich ook gerust opgeven voor één of meer losse cursusweekenden. Zo is het volgen van een van deze weekenden een uitstekende manier om kennis te maken met de boeddhistische leer in het algemeen en het Maitreya Instituut en haar vaste leraar Geshe Sonam Gyaltsen in het bijzonder.

DATA:
28 februari t/m 2 maart
28 t/m 30 maart
25 t/m 27 april
23 t/m 25 mei
20 t/m 22 juni
19 t/m 21 september.

ABHISAMAYA ALANKARA
(Tib.: Ngon tog gyan / mngon rtogs rgyan)
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
door BOEDDHA MAITREYA en ARYA ASANGA

In eerste instantie onderwijst de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen het eerste hoofdstuk van deze tekst die door Boeddha Maitreya werd onderwezen en door Arya Asanga werd opgeschreven. In dit hoofdstuk komen belangrijke boeddhistische principes aan de orde zoals:

1. Het ontwikkelen van de verlichtingsgeest, de 2. niveaus van realiteit, de 4 edele waarheden, de Drie Juwelen van Toevlucht en de verschillende realisaties van de Sangha.
2. Diverse adviezen voor de training.
3. Het Mahayana Pad van Voorbereiden.
4. Het boeddha-potentieel.
5. Het doel van het Mahayana.
6. Het bereik van het Mahayana.
7. Het aantrekken van het bodhisattva harnas.
8. Het ondernemen van de beoefeningen voor bodhisattva's.
9. Het verzamelen van verdienste.
10. Het zeker bovenkomen.

De Abhisamayalankara is een van de vijf belangrijkste teksten, welke aan de grote Klooster Universiteiten van de Gelukpa orde worden bestudeerd. De verschillende onderwerpen worden bezien vanuit het filosofisch standpunt van de Svatantrika Madhyamika School. Geshela zal voor zijn presentatie behalve de basis-tekst vooral het commentaar van Lobpon Senge Zangpo (Haribhadra) gebruiken. Dit studieprogramma onderdeel zal waarschijnlijk anderhalf jaar duren. Deze cursus loopt de eerste tijd parallel aan de cursus 'Een Brief Aan Een Vriend' en is vanwege het hogere filosofische gehalte vooral bedoeld voor gevorderde studenten.

DATA:
11 t/m 13 april
9 t/m 11 mei
6 t/m 8 juni
5 t/m 7 september
3 t/m 5 oktober,
de veranderde data:
28 t/m 30 november
19 t/m 21 december,
en verder in februari 1998
enz...

4 t/m 18 juli
LAM RIM ZOMER-MEDITATIE-CURSUS
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Meer dan 2500 jaar geleden onderwees Boeddha Sakyamoenie zijn leringen aan een enorme variëteit personen. Hij spitste zijn onderricht steeds volkomen toe op de spirituele behoeften van zijn luisteraars, hetgeen resulteerde in een breed scala van methoden en technieken voor het ontwikkelen van de geest. De boeddhistische leer is zo omvangrijk dat het voor iedereen die de verzamelde werken van de Boeddha wil bestuderen moeilijk is om daarin een duidelijk pad te onderscheiden wat hij of zij zou kunnen volgen. De grote Indiase meester Atisha (982-1054) schreef 'Een Lamp Voor Het Pad', waarin hij de

leringen van de Boeddha in een logische volgorde bij elkaar zette. Hij creëerde daarmee een handleiding die door iedereen kan worden begrepen en beoefend, volkomen afgestemd op de praktijk. Naast de woorden van de Boeddha zelf, is deze tekst gebaseerd op de levende mondelinge overdracht, welke Atisha in een ononderbroken overleveringslijn had ontvangen.

Verschillende grote meesters schreven commentaren op deze tekst, waarvan de korte, middellange en grote Lam Rim teksten van Lama Tsong Khapa de beroemdste zijn. De Lam Rim, Een Presentatie van Alle Stadia van het Pad naar de Verlichting, bevat alle leringen van de Boeddha, aaneengeregen tot één praktisch geheel en gericht op de beoefening.

Onze vaste leraar, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen, zal in deze jaarlijkse zomer-meditatiecursus tekst en uitleg geven van dit Lam Rim onderricht, en speciaal het devotionele aspect ervan toelichten. Door aanroeping van de meesters van de overlevering, vanaf de historische Boeddha Sakyamoenie tot en met de grote meesters van deze moderne tijd, kan hun zegening en inspiratie worden ontvangen. Daardoor wordt het mogelijk realisaties van de stadia van het boeddhistisch pad in de eigen geest te ontwikkelen.

Tot op de dag van vandaag biedt dit onderricht de beste gelegenheid om in korte tijd, op een overzichtelijke en begrijpelijke manier, een grondige kennis over het boeddhisme te vergaren en deze kennis onder deskundige leiding in de praktijk toe te passen. De zeer heldere uitleg van Geshela maakt de beproefde meditatiemethoden geschikt voor de moderne mens en inspireert tot kritisch nadenken over de boeddhistische wijsheden en tot integratie daarvan in het eigen bewustzijn. Daardoor sluit de theorie direct aan op het dagelijks leven.

De twee dagelijkse lezingen door Geshela, worden afgewisseld met geleide meditaties en discussies. Deze cursus is zeer geschikt voor mensen die nog weinig kennis hebben van het boeddhistische pad of die eerder verzamelde kennis willen verrijken met ervaring. De Lam Rim cursus is bovendien een prima gelegenheid voor studieprogramma studenten die nog weinig Lam Rim onderricht hebben gevolgd, om hun gebrek aan overzicht aan te vullen. Door de retraite sfeer biedt deze cursus ervaren boeddhisten volop de gelegenheid om tot verdieping van inzicht en beleving te komen.

KOSTEN: F 985,- vol pension (slaapzaal).
AANVANG: Vrijdagavond 4 juli om 20.00 uur.
Einde: Vrijdagmiddag 18 juli na de lunch.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

18 juli
JAARLIJKSE FEESTDAG VOOR GESHE SONAM GYALTSEN

Op deze dag vieren wij de komst en tevens de verjaardag van onze eerwaarde vaste leraar. Iedereen is welkom. Laat ons in verband met de hapjes en drankjes wel ruim van tevoren weten of wij u als gast mogen ontvangen.
AANVANG: Vrijdagmiddag om 13.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.

19 t/m 22 juli
LAM RIM RETRAITE
O.l.v. Jacoba Postma
Taal: Nederlands.

Alleen voor degenen die een Lam Rim Cursus hebben gevolgd.

KOSTEN: F 175,- (slaapzaal).
AANVANG: zaterdag 19 juli om 20.00 uur.
EINDE: dinsdag 22 juli om 17.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.

26 t/m 28 september
Meditatieweekend
O.l.v. Sander Tideman.
Voertaal: Nederlands.

Meditatie is meer dan het kalmeren van de geest. Zonder meditatie is werkelijke geestelijke groei onmogelijk. Het Tibetaans boeddhisme heeft een breed scala van meditatiemethoden ontwikkeld. Sommige meditatietechnieken werken op basis van analyse of contemplatie, andere op basis van concentratie, visualisatie of mantra's. Er zijn zoveel verschillende methoden, dat beginners soms door de bomen het bos niet meer zien.
Het doel van deze meditatiecursus is u in de praktijk van boeddhistische meditatie wegwijs te maken. Er

zal een aantal meditaties worden geoefend nadat het hoe en waarom van de meditaties is uitgelegd.
De cursus is geschikt voor beginners, maar ook voor gevorderde studenten die meer ervaring met meditatie willen opdoen en het mediteren in hun dagelijkse leven willen integreren.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma.
AANVANG: Vrijdagavond 26 september om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

5 t/m 7 september
ABHISAMAYALANKARA
'EEN SIERAAD VAN REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Het vierde weekend over deze beroemde tekst met onderricht van de Boeddha Maitreya.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 5 september om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

KINDERWEEKEND

13 t/m 14 september
Kinderweekend (8 t/m 12 jaar)
O.l.v Koosje van der Kolk, Herman Homan, Sander Tideman, Alix Royer e.a.

Na het grote succes van de twee eerder gehouden kinderweekenden, nu een weekend voor de iets grotere kinderen. Er worden weer allerlei activiteiten georganiseerd op en om het terrein van het Maitreya Instituut. Bij goed weer horen kampvuur e.d. tot de mogelijkheden. Het programma zal worden afgestemd op de deelnemers. Zie voor meer informatie een verslag van het tweede kinderweekend elders in dit MM.

KOSTEN: F 75,- per kind (elk volgende kind uit een gezin F 10,- minder).
AANVANG: Zaterdagmiddag 13 september om 12.00 uur
EINDE: Zondagmiddag 14 september om 14.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450

14 t/m 17 september
Nyung Nä vasten
O.l.v. Koosje van der Kolk
Alleen voor gevorderden.
Inlichtingen en aanmelding: tel: 0578-661450.

19 t/m 21 september
'EEN BRIEF AAN EEN VRIEND'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN.
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Dit is het zesde en tevens laatste weekend over de brief die Nagarjuna aan de Koning Gautamiputra schreef. In dit laatste hoofdstuk wordt de staat van de verlichting, het boeddhaschap beschreven en wordt duidelijk waarom het voor elke Mahayana boeddhist belangrijk is voor het welzijn van alle voelende wezens naar dit hoogste niveau van spirituele evolutie te streven.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 19 september om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

3 t/m 5 oktober
ABHISAMAYALAMKARA
'EEN SIERAAD VOOR REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Het vijfde weekend over deze beroemde tekst van Maitreya, waarin de staat van de verlichting aan de hand van tien verschillende onderwerpen wordt benaderd.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 3 oktober om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

21 november
Avalokiteshvara meditatie
O.l.v. Eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen.
Voor iedereen die initiatie in Avalokiteshvara ontving. In verband met de vroege aanvang dient u donderdag 20 november voor 22.00 uur in het Instituut aanwezig te zijn.
KOSTEN: Overnachting en maaltijden.
AANMELDING: tel: 0578-661450.

28 t/m 30 november
ABHISAMAYALANKARA
'EEN SIERAAD VOOR REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Het zesde weekend over het eerste hoofdstuk van de beroemde tekst van Maitreya, waarin de staat van de verlichting, het boeddhaschap, aan de hand van tien onderwerpen wordt toegelicht.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 28 november om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

5 t/m 7 december
Boeddhistisch meditatieweekend.
Door: Eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Na de vele verzoeken die ons hiervoor hebben bereikt, zal de vaste leraar van het Maitreya Instituut, de eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen van de Gaden Jangtse Klooster Universiteit, een weekend wijden aan de verschillende meditaties zoals die in het Tibetaans boeddhisme worden gepraktiseerd.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 5 december om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

19 t/m 21 december
ABHISAMAYALAMKARA
'EEN SIERAAD VOOR REALISATIES'
Door: Eerwaarde GESHE SONAM GYALTSEN
Nederlandse vertaling: Hans van den Bogaert.

Het zevende weekend over het eerste hoofdstuk van de beroemde tekst van Maitreya, waarin de verlichting, het hoogst haalbare niveau van evolutie, aan de hand van verschillende onderwerpen wordt toegelicht.

KOSTEN: F 180,- als los weekend en F 150,- bij deelname aan het studieprogramma voor minimaal een seizoen.
AANVANG: Vrijdagavond 19 december om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450
fax: 0578-661851.

DE BOS-COMMISSIE ORGANISEERT WEER EEN AANTAL WERKPERIODEN VOOR BOS- EN TUINWERK

De werkgroep "Bos en tuin" organiseert weer een aantal werkweekenden. Voor de volgende bos- en tuinwerkperioden vragen wij vele helpende handen die licht werk maken:

DATA:
19 t/m 21 september o.l.v. Inge
17 t/m 19 oktober o.l.v. Sjon
14 t/m 16 november o.l.v. Inge
Aankomst vrijdagavond

In verband met de coördinatie van de werkzaamheden verzamelen de deelnemers op vrijdagavond. Op vrijdagavond wordt niet gewerkt, maar werkers kunnen bijvoorbeeld op vrijdagavond de lezing bijwonen van het parallel lopende cursusweekend. De werkzaamheden vangen aan op zaterdagochtend om 9.30 uur.

KOSTEN: Aan deelname zijn geen kosten verbonden.
AANVANG: Vrijdagavond om 20.00 uur, aanvang werkzaamheden op zaterdagochtend om 9.30 uur.
EINDE: Zondagmiddag om 17.00 uur.
AANMELDING EN INFORMATIE: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

EXTRA NAJAARSPROGRAMMA

Inleidingen tot boeddhistische meditatie
Dit najaar bieden wij 5 weekenden o.l.v. gekwalificeerde Westerse en Tibetaanse leraren, die een goed beeld geven van wat het Tibetaans boeddhisme te bieden heeft voor de moderne mens. Tijdens de weekend-cursussen, die ook los kunnen worden bezocht, wordt zowel theoretische achtergrond informatie gegeven over het Tibetaans boeddhisme, alsook een kennismaking met de praktijk van meditatie. De weekenden zijn geschikt voor beginners en gevorderden.

Weekend 1: 10 t/m 12 oktober
"Inleiding tot het boeddhisme: wat betekent het voor de moderne mens ",
door Jonathan Landaw
Weekend 2: 17 t/m 19 oktober
"De transformatie van de geest: de sleutel tot innerlijke vrede en geluk",
door Jonathan Landaw
Weekend 3: 7 t/m 9 november
"Het oplossen van emotionele problemen door meditatie op zelfloosheid",
door Dr Alexander Berzin
Weekend 4: 15 t/m 17 november
"Ontspanning van lichaam en geest door yoga en meditatie",
door Sandra Tideman - van Nispen
Weekend 5: 5 t/m 7 december
Meditatie weekend,
door eerwaarde Geshe Sonam Gyaltsen.

Weekend 1 & 2
Inleiding tot het boeddhisme en
Transformatie van de geest.
Jonathan Landaw is een zeer ervaren boeddhistisch leraar. Hij heeft het boeddhisme sinds begin jaren zeventig bestudeerd en beoefend o.l.v. vele grote Tibetaanse meesters, waaronder de wijlen Lama Thubten Yeshe. Jonathan heeft enkele boeken geredigeerd, waaronder het veel gelezen "Introductie in Tantra" van Lama Yeshe. Hij is ook auteur van enkele kinderboeken, zoals het bekende boek "Prins Siddhartha". Daarnaast schrijft hij een maandelijkse column in Mandala. Hij is getrouwd met een Nederlandse vrouw en heeft drie kinderen, woont in Californië en spreekt Engels.

Weekend 3
Het oplossen van emotionele problemen door meditatie op zelfloosheid.
Alex Berzin is al vele jaren lang een bekend vertaler en leraar. Behalve voor Z.H. de Dalai Lama vertaalde Alex onder meer lange tijd voor Tsenshab Serkong Rinpochee. Zijn grote kracht is dat hij de omvangrijke kennis en diepzinnige wijsheid welke hij de afgelopen decennia verzamelde, in toegankelijke taal aan een westers publiek prima kan overbrengen met oog voor de capaciteit van de verschillende toehoorders. Meditaties tussen de lezingen door worden door Alex zelf geleid. Hij spreekt Engels.

Weekend 4
Ontspanning van lichaam en geest door yoga en meditatie.
Sandra en Sander Tideman. Sandra is een gekwalificeerde docente hatha yoga, Sander is evenals Sandra sinds 13 jaar praktiserend boeddhist. De moderne mens is vaak op zoek naar lichamelijke en geestelijke ontspanning, maar vindt het nauwelijks. Het boeddhisme biedt vele methoden om deze ontspanning te bereiken, maar vaak vormen lichamelijke spanningen een obstakel om deze methoden onmiddellijk in het dagelijks leven toe te passen. Deze cursus richt zich daarom eerst op het oplossen van lichamelijke spanning, door middel van hatha yoga en adem-oefening. Door gerichte oefeningen, begeleid door de adem, wordt het lichaam sterk en soepel, het denken rustig. Vervolgens kan men vanuit de ontspanning praktische vorderingen in de geest bewerkstelligen door meditatie, zodat men weer gezonder en sterker in het leven staat en beter in staat is anderen te helpen.

Weekend 5
Meditatie Weekend.
Geshe Sonam Gyaltsen is sedert vijf jaar als vaste leraar aan het Maitreya Instituut verbonden, waar hij tweemaal per maand les geeft in praktijk en filosofie van het boeddhisme. Dit weekend staan de verschillende vormen van boeddhistische meditatie centraal. Geshela zal de verschillende meditaties uitleggen en begeleiden, zodat behalve kennis ook ervaring in de meditaties kan worden opgedaan. Deze cursus wordt weer vertaald door Hans van den Bogaert.

KOSTEN: Voor 5 weekenden: F 800,—.
Losse weekenden: F 210,- voor weekend 1 t/m 3.
Losse weekenden: F 180,- voor weekend 4 en 5.
AANVANG: Vrijdagavond om 20.00 uur.
AANMELDING: tel: 0578-661450.
fax: 0578-661851.

Oproep medewerkers voor de najaarscyclus.
Wij zoeken mensen die zich willen inzetten voor de karma-yoga rondom de najaarscursussen,

d.w.z. voorbereiding, coördinatie huishoudelijke taken en opruimen na de cursus. Draaiboek aanwezig. Melden bij Thirza Happé.

TIJDENS DE MAAND AUGUSTUS 1997 IS ONZE VASTE LERAAR, DE EERWAARDE GESHE SONAM GYALTSEN, AFWEZIG EN IS HET MAITREYA INSTITUUT WEGENS VAKANTIE VAN DE BEWONERS GESLOTEN.
VAN 12 OKTOBER T/M 2 NOVEMBER 1997 IS DE EERWAARDE GESHE AFWEZIG WEGENS EEN PELGRIMSTOCHT MET EEN AANTAL STUDENTEN NAAR INDIA. IN OKTOBER EN NOVEMBER BIEDT HET INSTITUUT EEN GEVARIEERD INTERNATIONAAL PROGRAMMA.
HET KANTOOR EN DE WINKEL BLIJVEN DAGELIJKS TELEFONISCH BEREIKBAAR, BEHALVE OP ZATERDAG.

LEZINGEN IN AMSTERDAM

DOOR GESHE SONAM GYALTSEN

LAATSTE SEMESTER 1997

AMSTERDAM: Maitreya Studiegroep
Amsterdam
Prinsengracht 200,
Tel: 020-6254138.

DE ZEVENENDERTIG BEOEFENINGEN VAN ALLE BODHISATTVA'S.
De uitleg van deze korte tekst van de Tibetaanse bodhisattva Thogme Zangpo (1245-1369) zal dit najaar worden afgesloten in twee lezingen op de woensdagavonden:

10 september en
8 oktober 1997

AANVANG: 19.30 uur.

Koosje van der Kolk

Het huisje voor het gebedswiel in Maitreya Instituut vordert gestaag

Maitreya Instituut

MAITREYA MAGAZINE
Juli, augustus, september '97

VERSCHIJNING
1x per kwartaal

UITGAVE
Kerkgenootschap Maitreya Instituut
Heemhoeveweg 2
8166 HA Emst
Telefoon: (0578) 66 14 50
Fax: (0578) 66 18 51

REDACTIE EN VERTAALTEAM
Gelongma Tenzin Kelzang
Paula de Wijs-Koolkin
Koosje v.d. Kolk
Jolanda Egberts
Marijke Drost

EINDREDACTIE
Hans van den Bogaert

VORMGEVING
René van Luyn en Christiane Bahr

ILLUSTRATIES
Andy Weber, René van Luyn
e.a.

DRUK
Offsetdrukkerij Refo
Wallerstraat 127
3862 CN Nijkerk

COPYRIGHT
Maitreya Instituut.
Alle rechten voorbehouden.

WELKOM
Kunstuitingen over boeddhistische onderwerpen, gedichten, tekeningen, foto's e.d.

LIDMAATSCHAP/ABONNEMENT
Schriftelijk of telefonisch opgeven.
Alleen per kalenderjaar. Het lidmaatschap gaat in na ontvangst van uw betaling en loopt automatisch door tenzij voor 30 november schriftelijk wordt opgezegd.
De prijs is inclusief tussentijdse nieuwsbrieven *f* 25,-- per jaar in Nederland Europa *f* 35,-- overige landen *f* 50,--
Gezinsabonnement *f* 37,50
Losse nummers *f* 6,50 plus portokosten.

BETALINGEN
Voor abonnementen, contributie, donaties Postbank: nr. 6901668 Bank: I.N.G. Epe, rek.nr.: 65.70.24.481 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst.
Betalingen voor winkel en groothandel alleen per faktuur en acceptgiro.

ADRESWIJZIGINGEN
Gaarne één maand voor het verschijnen van dit magazine schriftelijk opgeven.

VORIGE NUMMERS
Steeds minder vorige nummers zijn nog uit voorraad leverbaar.

BESTELLINGEN
Boeken en andere Dharma-artikelen uit onze winkel en groothandel kunnen zowel schriftelijk als telefonisch worden besteld.

Foundation for the Preservation of the Mahayana Tradition

SPIRITUEEL LEIDER
Lama Thubten Zopa Rinpochee

VASTE LERAAR
Geshe Sonam Gyaltsen

KERKGENOOTSCHAPBESTUUR
Voorzitter:
Sander Tideman

Vice voorzitter:
Thirza Happé

Secretaris:
Lan Tjoa

Penningmeester:
Arjan Korevaar

Bestuursleden:
Lama Thubten Zopa Rinpochee,
Gelong Marcel Bertels,
Paula de Wijs-Koolkin.

Comitéleden:
Sander Tideman, Thirza Happé,
Jan Paul Kool, Koosje van der Kolk,
Alex de Haan, Inge te Velde,
Herman Homan.

Telefoon: (0578) 66 14 50
Fax: (0578) 66 18 51
E-mail: maitreya@pi.net
Home page:
http://home.pi.net/~maitreya/home.html

Het kantoor van het instituut is zondag t/m vrijdag telefonisch bereikbaar van 09.00-16.00 uur. Op andere tijden als we niet bereikbaar zijn kunt u een boodschap inspreken op ons antwoordapparaat. Het kantoor is op zaterdag gesloten.

VOORPLAAT
Potala paleis van Z.H. de Dalai Lama in Lhasa, Tibet.
Foto: Chris van Orden
Vormgeving: Chris Verschoor en Offsetdrukkerij Refo b.v.

DOELSTELLING
Het kerkgenootschap en de stichting stellen zich tot doel: Het bevorderen van de interesse en studie, het beoefenen en uitbreiden van het boeddhisme, v.n.l. in de vorm waarin het in TIBET heeft bestaan en te komen tot een vruchtbare integratie van Oosterse en Westerse filosofieën in Nederland.

***f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1997**
De beste manier om het Maitreya Instituut te steunen waarbij u tevens het grootste voordeel heeft is om *f* 300,-- KORTING-DONATEUR 1997 te worden voor f 25,-- per maand. Hiervoor worden alleen **automatische overboekingen** geaccepteerd op onze Postbankrekening nr.: 6901668 t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut te Emst. U kunt gebruik maken van een machtigingskaart. U krijgt dan naast het Maitreya Magazine 6x per jaar het Engelstalige blad Mandala. Verder krijgt u **15% korting** op alle artikelen **uit de winkel** behalve op de transcripten. U bent ook automatisch FPMT-Lid, hetgeen steeds meer voordelen oplevert bij bezoeken aan een van de 70 aangesloten centra in de hele wereld.

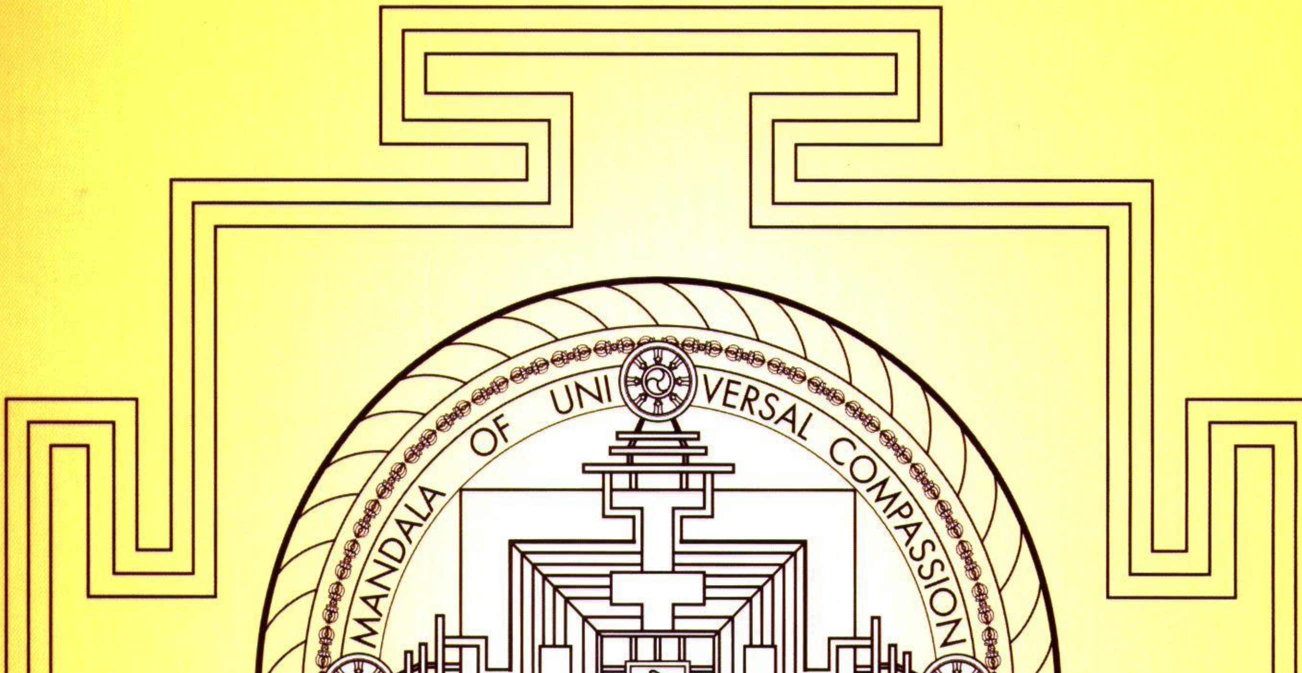
DONATEURS
Donaties aan het kerkgenootschap zijn aftrekbaar van de inkomstenbelasting. Voorwaarde is dan dat het totaal aan donaties aan instellingen als het Maitreya Instituut (of bijv. het Rode Kruis etc.) minimaal 1% en maximaal 10% van uw bruto inkomen bedraagt.

***f* 100,-- MAITREYA MAGAZINE LID-ABONNEE 1997 & FPMT-LID 1997**
Voor minder draagkrachtigen is er ook een mogelijkheid om uw betrokkenheid bij het Maitreya Instituut te laten blijken door *f* 100,-- Lid/Abonnee & FPMT-Lid te worden voor dit bedrag. U krijgt dan 4x per jaar het Maitreya Magazine en 6x het Engelstalige blad Mandala.

DONATEUR GESHE ACTIE
Voor het verblijf en onderhoud van de Geshe is een apart fonds gesticht. Deelnemers aan deze actie storten een maandelijks bedrag van minimaal *f* 10,-- voor de periode van ten minste 1 jaar, of doen een éénmalige bijdrage op onze post- of bankrekening met vermelding van: Geshe actie.

LEENFONDS
Deelnemers aan het leenfonds kunnen bedragen vanaf *f* 2500,-- storten op rekeningnr.: 65.70.24.481 van de I.N.G. Bank te Epe t.n.v. Kerkgenootschap Maitreya Instituut. Deelnemers ontvangen geen rente maar een certificaat voor het bedrag van de lening en de garantie dat het geld binnen vijf dagen na het ontvangen van uw opdracht retour wordt gestort op een door u aangegeven rekening.

Bezoekers aan ons centrum of onze winkel in Emst zijn van harte welkom, na telefonische afspraak.



F.P.M.T

FOUNDATION FOR THE PRESERVATION OF THE MAHAYANA TRADITION